

Tukiverkoston ja voimavarojen merkitys maataloustuottajan arjessa

Kyselytutkimus

Essi Vanamo

Opinnäytetyö
Marraskuu 2016
Luonnonvara- ja ympäristöala
Maaseutuelinkeinojen koulutusohjelma

Tekijä(t) Vanamo, Essi	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Päivämäärä Marraskuu 2016
	Sivumäärä 66	Julkaisun kieli Suomi
		Verkkojulkaisulupa myönnetty: x
Työn nimi Tukiverkoston ja voimavarojen merkitys maataloustuottajan arjessa Kyselytutkimus		
Tutkinto-ohjelma Maaseutuelinkeinojen koulutusohjelma		
Työn ohjaaja(t) Mari Hakkarainen		
Toimeksiantaja(t)		
<p>Tiivistelmä</p> <p>Maataloustuottajat ovat viimeisen parin vuoden aikana joutuneet entistä suurempien haasteiden eteen. Taloudellinen epävarmuus, ammattialan arvostuksen puute ja tuotannon kannattavuuden huonontuminen ovat ajaneet suomalaiset maataloustuottajat varsin epämieluisaan asemaan. Vielä on kuitenkin heitä, jotka jatkavat maatalouden harjoittamista haasteista huolimatta. Tämän päivän maataloustuottajilla on oltava entistä paremmat tukiverkostot ja voimavarat arjesta selviytymiseen. On jakettava uskoa omaan työhönsä, sen merkitykseen ja oman ammattialan tulevaisuuteen.</p> <p>Opinnäytetyön tehtävänä oli selvittää, mitkä ovat niitä yksityiselämän ja ammatillisten yhteyksien kautta muodostuvia tukiverkostoja ja voimavaroja, joita maataloustuottaja arjessaan tarvitsee. Tavoitteena oli tuoda maataloustuottajien omaa ääntä kuuluviin ja kartoittaa heidän ajatuksiaan tukiverkoston ja voimavarojen merkityksestä. Opinnäytetyön taustalla on maataloustuottajille suunnattu kyselytutkimus, joka toteutettiin syksyllä 2015 Ikaalisissa järjestetyn Hyvinvointipäivän yhteydessä. Kyselytutkimukseen osallistui 87 maataloustuottajaa, jotka olivat tulleet hakemaan neuvoja arjessa jaksamiseen, stressin hallintaan ja elämänmuutosten kohtaamiseen.</p> <p>Tutkimuksen keskeisin tulos oli, että perhe, puoliso ja läheiset ihmiset ovat maataloustuottajille tärkeimpiä tukiverkostoja varsinkin vaikeina aikoina. Myös mielekkäät, arjen hyvinvointia lisäävät voimavarat ja muiden viljelijöiden vertaistuki olivat merkittävässä asemassa. Tutkimustulosten perusteella maataloustuottajat tarvitsevat enemmän konkreettista tukea omaan arkeensa sekä ulkopuolista arvostusta omaa ammattialaansa ja tekemäänsä työtä kohtaan.</p>		
Avainsanat (asiasanat) Tukiverkostot, voimavarat, maataloustuottaja, hyvinvointi, työssä jaksaminen, ihmissuhteet, perhesuhteet, mielekäs arki		
Muut tiedot		

Author(s) Vanamo, Essi	Type of publication Bachelor's thesis	Date November 2016
		Language of publication: Finnish
	Number of pages 66	Permission for web publication: x
Title of publication Meaning of support networks and resources in an agricultural producer's everyday life A survey		
Degree programme Degree Programme in Agricultural and Rural Industries		
Supervisor(s) Hakkarainen, Mari		
Assigned by		
<p>Abstract</p> <p>Farmers have faced bigger challenges than earlier in the last two years. Economic insecurity, lack of trade appreciation and worsening of production profitability have driven Finnish farmers to quite an undesirable situation. There are still people who will continue with being engaged in agriculture in spite of challenges. Today's farmers have to have better support networks and resources than before for getting by everyday life. They must be able to believe in their own work, meaning of it and the future of their own line of work.</p> <p>The purpose of the thesis was to find out what are the support networks and resources which form through private-life and professional connections and which farmers will need in their everyday life. The objective was to make farmers' own voice heard and survey their thoughts about the meaning of support networks and resources. The background of the thesis is a survey directed to farmers which was conducted in connection with a well-being day in Ikaalinen in the autumn 2015. The survey was participated by 87 farmers, who had come to look for advice for getting by everyday life, controlling stress and facing changes in life.</p> <p>The most essential result of the survey was that family, spouse and close people are the most important support networks for farmers especially during hard times. Meaningful resources improving everyday wellbeing and peer support from other farmers were also considered meaningful. Based on the results farmers need more concrete support to their own everyday life and outside appreciation for their own line of work and work what they do.</p>		
Keywords/tags (subjects) Support network, resources, farmer, welfare, coping with work, relationships, family ties, meaningful everyday life		
Miscellaneous		

Sisältö

1	Puheenvuoro maataloustuottajille.....	6
2	Tutkimuksen lähtökohdat ja taustat	7
3	Tietoperusta.....	8
3.1	Arjen hyvinvointia vähentävät tekijät	8
3.1.1	Stressi.....	8
3.1.2	Työuupumus	9
3.1.3	Masennus	9
3.1.4	Jaksaminen	9
3.1.5	Elämänmuutokset.....	10
3.1.6	Yksinäisyys	10
3.2	Arjen hyvinvointia lisäävät tekijät	11
3.2.1	Työhyvinvointi	11
3.2.2	Onnellisuus	11
3.2.3	Sosiaalinen pääoma	11
3.2.4	Vapaa-aika ja harrastukset	12
3.3	Vaikeuksissa olevan maataloustuottajan kohtaaminen	12
3.3.1	Mistä tunnistaa avun tarpeessa olevan maataloustuottajan?.....	13
3.3.2	Miksi maataloustuottajia on tuettava?	13
3.3.3	Auttamisen tärkeimmät ylläpitäjät.....	14
3.4	Millaista apua maataloustuottajille on saatavilla?.....	14
3.4.1	Varavoimaa Farmarille – hanke auttaa jo ympäri Suomen	14
3.4.2	Ajoissa annettu apu auttaa.....	15
3.4.3	Avun tarvetta tilakoosta riippumatta	15
4	Tutkimusasetelma	16
4.1	Käsitteiden määrittely	16
4.2	Tutkimusongelma ja tutkimuskysymykset	17

4.3	Tutkimuksen tavoitteet	17
4.4	Metodologia ja tutkimuskohde	18
4.4.1	Aihealue ja rajaaminen	18
4.4.2	Kyselytutkimuksen kohderyhmä	19
4.5	Tutkimusote.....	19
4.6	Tiedonkeruu	20
4.7	Kyselylomake	21
4.8	Kyselytutkimuksen toteutus käytännössä.....	22
4.9	Aineisto ja sen analyysimenetelmät.....	22
4.10	Aineiston luotettavuus	23
5	Tutkimuksen tulokset, analyysi ja tulkinta.....	24
5.1	Tutkimuksen keskeisimmät tulokset ja niiden tarkastelu	24
5.1.1	Ikäryhmien jakautuminen.....	25
5.1.2	Koulutus ja koulutustaso	26
5.1.3	Parisuhdetilanne	27
5.1.4	Maatalouden tuotantosuunnat	27
5.1.5	Kokemusvuodet maataloustuotannon harjoittamisesta ja arvio tulevaisuudesta	28
5.1.6	Omasta työstä ja arjesta selviytyminen.....	30
5.2	Tärkeimmät tukiverkostot maataloustuottajan arjessa.....	32
5.2.1	Tukiverkostojen merkitys	34
5.2.2	Millaista apua maataloustuottajat toivoisivat omaan arkeensa?	36
5.2.3	Tärkein maataloustuottajan arkeen vaikuttava tukiverkosto	36
5.2.4	Miten jonkin yksityiselämän tukiverkoston olemassa olon lakkaaminen vaikuttaa omaan toimintaan?	37
5.2.5	Millaisia muita tukiverkostoja maataloustuottajat toivoisivat elämäänsä?.....	38

5.3	Tärkeimmät voimavarat maataloustuottajan arjessa	39
5.3.1	Voimavarojen merkitys.....	41
5.3.2	Millaista muuta tukea maataloustuottajat toivoisivat elämäänsä?.....	43
5.4	Maataloustuottajien arvio heidän tämänhetkisen ammattitaitonsa ja ammattiylpeytensä tasosta	43
5.4.1	Maataloustuottajien tavat ja mahdollisuudet hoitaa omia tukiverkostojaan ja voimavarojaan	45
5.5	Tutkimustulosten analyysi ja tulkinta.....	46
5.6	Tutkimustulosten analysointi ristiintaulukoinnin menetelmällä	47
5.6.1	Eroavuudet miesten ja naisten vastauksissa	47
5.6.2	Tukiverkostoissa havaittavat erot miesten ja naisten välillä.....	48
5.6.3	Voimavaroissa havaittavat erot miesten ja naisten välillä.....	49
5.7	Tutkimustulosten analysointi vastaajaryhmien välillä	50
5.7.1	Eroavuudet vastauksissa ikäryhmien välillä	51
5.7.2	Eroavuudet parisuhdetilanteiden välillä	51
5.7.3	Eroavuudet tuotantosuuntien välillä.....	52
5.8	Tutkimuksen luotettavuus.....	53
5.9	Oma arvio tutkimuksen onnistumisesta	54
6	Pohdinta.....	55
	Lähteet	57
	Liitteet.....	59

Taulukot

Taulukko 1 Kyselytutkimukseen osallistuneiden maataloustuottajien ikäryhmien jakautuminen. Enemmistö vastaajista oli 51–60-vuotiaita.....	25
Taulukko 2 Kyselytutkimukseen vastanneiden maataloustuottajien koulutustausta. 48 %:lla vastaajista oli maatalousalan koulutus.....	26
Taulukko 3 Eri koulutustasojen jakautuminen vastaajien välillä. 52 %:lla vastaajista oli taustallaan ammatillinen tutkinto.....	26
Taulukko 4 Maataloustuottajien parisuhdetilanne kyselyhetkellä. 78 % vastaajista oli avioliitossa, 9 % vastaajista kertoi olevansa yksinäisiä.	27
Taulukko 5 Kyselytutkimukseen osallistuneet maataloustuottajat edustivat useaa eri tuotantosuuntaa. Lähes puolet (40 %) vastaajista harjoitti päätuotantomuotonaan viljan- tai kasvinviljelyä.....	28
Taulukko 6 Vastaajien kokemusvuodet maatalouden harjoittamisesta. Maataloustuottajista 43 % vastasi harjoittaneensa maataloutta jo kolmenkymmenen vuoden ajan tai kauemmin.....	29
Taulukko 7 Maataloustuottajien arvio tulevien työvuosien pituudesta jakautui pääasiassa välille 1-15 vuotta. 12 % vastaajista uskoi harjoittavansa maataloutta vielä 30 vuotta tai pidempään.	30
Taulukko 8 Yli puolet (52 %) maataloustuottajista koki selviytyvänsä omasta työstään ja siihen liittyvästä arjesta kohtalaisesti.....	31
Taulukko 9 Jopa yli puolet (51 %) maataloustuottajista koki, että he jaksavat omassa työssään ja arjessaan vähemmän kuin aiemmin. Kymmenen prosenttia (10 %) vastaajista koki jaksavansa paremmin tai paljon paremmin kuin aiemmin.	32
Taulukko 10 Maataloustuottajien mielestä (70 %) oma perhe on tärkein yksityiselämän tukiverkostoista. Myös elämäkumppanin/puolison, lasten ja ystävien merkitys korostui vastauksissa.....	33
Taulukko 11 Tärkein maataloustuottajien arkeen vaikuttava ammatillinen tukiverkosto on muut viljelijät. 29 %:lle vastaajista maatalouslomittajat olivat tärkeää tukiverkostoa.....	34
Taulukko 12 Yksityiselämän tukiverkoston olemassaolon lakkaaminen vaikuttaisi maataloustuottajien arkeen eri tavoin. Yli kolmasosa (35 %) jatkaisi arkeaan normaalisti ja lähes saman verran vastaajia (34 %) harkitsisi maataloustuotannon lopettamista.	37

Taulukko 13 Maataloustuottajista 53 % arvioi, että tärkeimmän tukiverkoston puuttuminen vaikuttaisi todella paljon jaksamiseen ja arjesta selviytymiseen. 12 % vastaajista uskoi toimintakykynsä lamaautuvan täysin.	38
Taulukko 14 Maataloustuottajille tärkeimmät yksityiselämän voimavarat. Hetket ystävien, perheen ja läheisten ihmisten kanssa olivat tärkeitä 86 %:lle vastaajista. ..	40
Taulukko 15 Maataloustuottajille tärkeimpiä ammatillisia voimavaroja. 57 % vastaajista piti ammattitaitoa tärkeimpänä voimavarana.	41
Taulukko 16 Maataloustuottajien arvio heidän tämänhetkisestä ammattitaidostaan. 56 % vastaajista piti ammattitaitoaan hyvällä tasolla.	44
Taulukko 17 Maataloustuottajien kokemus oman ammattiylpeytensä tasosta. Yli puolet vastaajista tunsii ylpeyttä omaa ammattialaansa kohtaan, haasteista huolimatta.	45
Taulukko 18 Maataloustuottajien arvio siitä, onko heillä riittävästi aikaa ja voimia tukiverkostojen hoitamiseen. Enemmistö vastaajista (61 %) kokee, että verkostojen hoitamiseen jää aikaa.	46

1 Puheenvuoro maataloustuottajille

Maataloustuottajat ovat viimeisen parin vuoden aikana joutuneet erilaisten haasteiden eteen. Taloudellinen epävarmuus, ammattialan arvostuksen puute, maataloustuotannon kannattavuuden heikentyminen ja pakotepolitiikan maksumieheksi joutuminen ovat ajaneet suomalaiset maataloustuottajat varsin epämieluisaan asemaan. Kun harteilla painaa vastuu oman viljelijäperheen selviytymisestä taloudellisesti, omien tuotantoeläinten hyvinvoinnista ja hoidosta sekä suomalaisen maataloustuotannon säilymisestä, tarvitaan entistä enemmän keinoja omasta arjesta selviytymiseen. Vastuunkannon ohella on jaksettava uskoa omaan työhönsä, sen merkitykseen ja mahdollisuuteen jatkaa maataloustuotantoa myös tulevaisuudessa.

Maatilojen määrän voimakkaasti vähentyessä on edelleen olemassa myös heitä, jotka jatkavat maataloustuotantoa ja tilan pitoa vaikeuksista ja haasteista huolimatta. Mitkä ovat niitä keinoja ja tukipilareita, joihin maataloustuottajat tukeutuvat tavallisessa arjessaan?

Suomalaisen maataloustuotannon tulevaisuus on pitkälle kiinni maataloustuottajien halusta, mahdollisuudesta ja resursseista jatkaa työssään. On valitettavaa, että liian usein luotetaan siihen, että he tuottavat meille jatkossakin suomalaisia maataloustuotteita, vaikka olosuhteet muuttuisivat kuinka haastaviksi tahansa. Suomalainen, puhdas, laadukas ja omassa maassa tuotettu ruoka ei ole itsestäänselvyys. Arvostus suomalaista maataloustuotantoa ja tuottajia kohtaan kasvaa kuluttajien keskuudessa pienin askelin tiedon lisääntyessä.

Maataloustuottajien jaksamista ja selviytymistä omassa arjessaan käsitellään liian vähän. On ilo antaa puheenvuoro tällä kertaa maataloustuottajille itselleen. Osa maataloustuottajista on löytänyt toimivia keinoja arjesta selviytymiseen ja kyselytutkimuksen avulla on mahdollista selvittää, mitä nämä keinot ovat.

2 Tutkimuksen lähtökohdat ja taustat

Tutkimuksen lähtökohtana on selvittää kyselytutkimuksen avulla, millainen merkitys tukiverkostoilla ja voimavaroilla on maataloustuottajan arjessa. Tukiverkostojen ja voimavarojen todellisen merkityksen tutkiminen on palkitsevaa, sillä aiheesta ei ole aiemmin julkaistu samankaltaista tutkimusta.

Tutkimuksen taustalla on halu tuoda maataloustuottajien omaa ääntä kuuluviin sekä välittää heidän toiveitaan ja ajatuksiaan eteenpäin. Tukiverkostoja ja voimavaroja kartoittamalla voidaan selvittää, millaista muuta tukea maataloustuottajat toivoisivat elämäänsä olemassa olevien selviytymiskeinojen lisäksi ja mitä heiltä ehkä puuttuu. On myös mielenkiintoista saada tietää, millä tavalla jonkin tukiverkoston puuttuminen vaikuttaa maataloustuottajan arjesta selviytymiseen. Ja toisaalta, jos riittävää tukiverkostoa ei ole, millaisilla voimavaroilla oman arjen mielekkyyttä voidaan lisätä tai ylläpitää. Parhaimmillaan saadut vastaukset saattavat olla avuksi myös niille maataloustuottajille, jotka eivät ole vielä miettineet omia voimavarojaan tai muodostaneet riittävää tukiverkostoa arjesta selviytymiseen. Voisiko jonkin uuden voimavaran lisääminen omaan elämään helpottaa myös omaa arkea?

Tutkimuksen lähtökohtana on keskittyä juuri maataloustuottajien kokemuksiin ja heidän ajatuksiinsa tukiverkostojen ja voimavarojen merkityksestä. Kyselytutkimuksen avulla on mahdollista saada tietää, mitä juuri he aiheesta ajattelevat ja miten he kokevat aihealueet omassa elämässään. Parhaimmillaan tutkimustulokset voivat avata uutta näkökulmaa yleiseen keskusteluun ja osoittaa, millaista arkea maataloustuottajat todella elävät ja millaista apua he saattaisivat tarvita tukiverkostojen ja voimavarojen osa-alueilla.

3 Tietoperusta

Maataloustuottajien tukiverkostoihin ja työssä tarvittaviin voimavaroihin liittyvää kirjallisuutta on tarjolla verrattain vähän. Tietoperustan kokoaminen piti sisällään tutustumisen maatalousalan lehdissä julkaistuihin artikkeleihin, jotka käsittelivät maataloustuottajien työssään kohtaamia haasteita ja arjen jaksamista. Tietokirjallisuudesta luotiin tietoperustaa muun muassa arjen hyvinvoinnista ja hyvästä elämästä.

Maataloustuottajat kohtaavat työssään samankaltaisia, jaksamiseen, stressiin, kiireeseen ja riittämättömyyteen liittyviä tunteita, kuten muutkin työtä tekevät ihmiset, ammattialasta riippumatta. Tietoperustaa rakennettaessa keskeisimpiä käsitteitä ja asiasanoja olivat tukiverkostot, voimavarat, maataloustuottaja, perhe- ja ihmissuhteet, hyvinvointi, työssä jaksaminen, stressi, hyvä elämä, oman arjen mielekkyys ja henkinen hyvinvointi. Jotta maataloustuottajien arjen haasteita voitaisiin ymmärtää paremmin, on tarpeen tarkastella mahdollisia hyvinvointia ja arjen mielekkyyttä vähentäviä ja lisääviä tekijöitä.

3.1 Arjen hyvinvointia vähentävät tekijät

3.1.1 Stressi

Yksi hyvinvointiin ja työssä jaksamiseen liittyvistä tekijöistä on stressin kokeminen. Ihmiset kokevat stressin yksilöllisesti ja siihen liittyvät tuntemukset voivat vaihdella henkilöstä riippuen. Yleisimpiä stressiin liittyviä oireita ovat unettomuus, väsymys, ärtyneisyys, sydämen tykytys, yleinen ahdistus ja kyvyttömyys tehdä päätöksiä. (Markham 1997, 15.)

On arveltu, että työstä aiheutuva stressi voi aiheuttaa riskin sairastua vakavasti muun muassa erilaisiin sydänsairauksiin ja mielenterveysongelmiin (Nykänen 2009, 9). Stressi vaikuttaa kantajansa mielialaan, muistiin ja keskittymiskykyyn ja usein sen taustalla on kokemus omasta riittämättömyydestä. Stressaantunut ihminen ei koe selviävänsä hänelle asetetuista vaatimuksista, vaikka sellaisia ei oikeasti olisikaan olemassa. Ikävien tuntemusten kautta stressi vaikuttaa lopulta ihmisen ajattelutapaan ja vääristää todellisuudenkuvaa. (Nykänen 2009, 49.)

3.1.2 Työuupumus

Pitkään jatkunut työperäinen stressi voi pahimmillaan johtaa työuupumukseen, josta paraneminen voi viedä aikaa ja koetella jaksamista entisestään (Nykänen 2009, 44). Työuupumus voi voimakkaimmillaan aiheuttaa muun muassa kyvyttömyyttä aloitteiden tekemiseen, alakuloisuutta, jatkuvaa väsymystä ja hakeutumista pois sosiaalisista tilanteista. Toivottomuuden tunne, erilaiset fyysiset oireet ja tunnetilojen vaihtelu ovat myös työuupumuksen oireita. (Suonsivu 2015, 48.)

3.1.3 Masennus

Masennuksen taustalla voivat usein olla elämän muutostilanteet ja stressi. Masennukset aiheuttamat oireet kuitenkin vaihtelevat ja on mahdollista, että olemassa olevia oireita ei edes tunnisteta masennukseksi. Masennus vaikuttaa muun muassa ihmisen toimintakykyyn ja tunteiden kokemiseen. Masennukseen liittyviä oireita voivat olla muun muassa vaikeus tehdä päätöksiä, keskittymiskyvyn puute, nukkumisvaikeudet, oman arvostuksen heikkeneminen sekä uupunut ja alakuloinen mieliala. (Masennuksen oireet muuttavat tunnetilaa ja toimintakykyä 2016.)

3.1.4 Jaksaminen

Kun elämä on pääosin onnellista ja ihminen on itse tyytyväinen ympärillään oleviin asioihin, hän useimmiten myös selviytyy hänelle asetetuista vaatimuksista, kuten työtehtävistä. Toiset jaksavat vaikeuksista huolimatta pitkään ja löytävät keinoja oman jaksamisen ylläpitämiseen ja yrittävät parantaa tilannetta omin voimin. Kaikki eivät siihen kuitenkaan pysty, sillä ihmisten kyky sietää jaksamattomuutta on hyvin yksilöllistä. (Vartiovaara 2000, 17.)

Toisen ihmisen puolesta ei voi asettaa rajoja jaksamiselle. Jokainen omalla kohdallaan tietää, missä omat jaksamisen rajat menevät. On kuitenkin mahdollista, että pitkällä aikavälillä ihminen ei huomaa, milloin omaa jaksamista tulisi pysähtyä tarkemmin pohtimaan. Ympäristön luomat paineet ja odotukset saattavat siivittää yrittämään vielä enemmän. Oman hyvinvoinnin ylläpitämiseksi pieniinkin jaksamisongelmiin tulisi kiinnittää huomiota jo varhaisessa vaiheessa. (Vartiovaara 2000, 18.)

Yksi maataloustuottajien jaksamiseen liittyvistä tekijöistä on myös ulkopuolelta tulevan ammattialan arvostuksen puute (Niemelä 1994, 27).

3.1.5 Elämänmuutokset

Markku Ojasen (2001, 92) mukaan ihmisellä on taipumus sopeutua vaikeisiinkin elämänmuutoksiin ajan kuluessa. Elämänmuutokset eivät aina välttämättä ole negatiivisia ja niiden aiheuttamat tuntemukset voivat vaihdella. Hyvien elämänmuutosten vaikutus ihmisen mielialaan kestää lyhyemmän aikaa kuin negatiivisen elämänmuutoksen aiheuttama vaikutus. Jos ihminen joutuu kuitenkin kohtaamaan useita, vaikeita elämänmuutoksia pienen ajan sisällä, sopeutuminen hidastuu ja voi heijastua myös uskoon omasta selviytymisestä.

Elämänmuutoksista puolison tai lähiomaisen kuolema, avioero, asumusero, vakava loukkaantuminen tai sairaus määritellään voimakkaimmiksi muutoksiksi ihmisen elämässä. Myös positiiviset elämänmuutokset, kuten uuden perheenjäsenen syntyminen tai eläkkeelle siirtyminen voivat aiheuttaa negatiivisia tuntemuksia. (Vartiovaara 2000, 59.)

3.1.6 Yksinäisyys

Yksinäisyyden katsotaan aiheuttavan terveydelle yhtä suuria vaikutuksia, kuin tupakointi, korkea verenpaine tai liian vähäinen liikunta. Yksinäinen ihminen ei välttämättä asu, elä tai vietä arkeaan yksin, mutta hän voi silti kokea olonsa yksinäiseksi. Yksinäisyyden kokemisessa olennaisinta on tyytymättömyys nykytilanteeseen ja halu saada ihmisiä ympärilleen. (Ojanen 2013, 81.)

Tämän päivän ihmisen on usein selvidyttävä omista askareistaan itsenäisesti ja yksin selviytymistä pidetään jopa tavoittelemisen arvoisena asiana (Ojanen 2013, 81). Yksinäisyyttä aiheuttavat muun muassa liian vähäiset sosiaaliset suhteet ja toisaalta myös ulkopuolisilta henkilöiltä saadun tuen ja ymmärryksen puute. Yksinäisyys voi olla myös tunnetta siitä, että henkilö ei koe olevansa osa haluamaansa yhteisöä. (Ojanen 2013, 82.)

Yksinäisyyteen voi vaikuttaa myös omalla toiminnallaan. Sen sijaan, että ihminen jäisi surkuttelemaan kohtaloaan ja odottamaan muutosta ulkopuolisilta henkilöiltä, hän

voi yrittää vaikuttaa yksinäisyyteensä myös itse. Hakeutumalla sosiaalisiin tilanteisiin sekä näyttämällä välittämistä ja kiinnostusta muita ihmisiä kohtaan, voi edesauttaa sosiaalisten yhteyksien vahvistumista ja sitä kautta vähentää omaa yksinäisyyttään. Myös myönteinen suhtautuminen asioihin edistää onnistumisia sosiaalisissa suhteissa. (Ojanen 2013, 93.)

3.2 Arjen hyvinvointia lisäävät tekijät

3.2.1 Työhyvinvointi

Kun työ on mielekästä, työmäärä kohtuullinen ja ulkoiset olosuhteet, kuten työympäristö, ovat kunnossa, paranevat edellytykset viihtyä työssä. Työhyvinvointiin liitetään käsitys myös työn sujuvuudesta ja siitä, että työtä saa harjoittaa ilman häiriöitä. (Virtanen & Sinokki 2014, 141.) Työhyvinvointiin vaikuttavat myös työturvallisuus, työilmapiiri, oikeudenmukainen kohtelu ja mahdollisuus osallistua omaa työtä koskeviin päätöksiin. Liiallinen kiire, kohtuuton työmäärä ja työstä saadun korvauksen alaisuus aiheuttavat henkistä kuormitusta, joka vaikuttaa myös työhyvinvointiin. (Jabe 2010, 54.)

3.2.2 Onnellisuus

Lähes jokaisen ihmisen tavoitteena on olla onnellinen. Kukin kokee onnellisuuteen johtavat tekijät yksilöllisesti, mutta usein tyytyväisyyttä omaan elämään tuovat perhe, terveys, rakkaus, mielekäs työ, kohtuullinen toimeentulo ja tasapainoiset ihmissuhteet. Onnellisuus on myös kokemusta siitä, että on sosiaalisesti arvostettu. (Jabe 2010, 19.)

3.2.3 Sosiaalinen pääoma

Sosiaalisella pääomalla tarkoitetaan yhteyksiä ja yksilön luottamusta muihin ihmisiin. On havaittu, että ne ihmiset, joilla on paljon sosiaalista pääomaa, ovat myös onnellisempia ja tyytyväisempiä omaan elämäänsä, kuin sellaiset henkilöt, joilla sosiaalista pääomaa on vain vähän. Sosiaalisen pääoman puute voi vaikuttaa ihmisten hyvinvointiin ja terveyteen negatiivisella tavalla. (Ojanen 2009, 114.)

Psykologian emeritusprofessori Markku Ojasen (2009, 114) mukaan sosiaalinen pääoma on vähentynyt vuosikymmenien kuluessa. Yhteistyön tekeminen ei ole enää itsestäänselvyys ja toisaalta ihmisillä on entistä vähemmän aikaa toisilleen. Lisääntynyt varallisuus on aiheuttanut myös muutoksen ihmisten välisessä vastavuoroisessa auttamisessa; tarvitsemaansa palvelusta tai apua vastaan ei tarvitse enää tehdä työtä, vaan sen voi hankkia rahalla yhteistyön sijaan.

3.2.4 Vapaa-aika ja harrastukset

Vapaa-ajan viettäminen ja harrastukset ovat yksilön omaehtoista toimintaa, jotka tuottavat mielihyvää ja vaihtelua elämään (Ojanen 2009, 169). Mielihyvän kokeminen puolestaan nostaa aktiivisuuden tasoa ja edesauttaa erilaisten tehtävien hoitamista. Harrastusten parissa ihmiset voivat harjoittaa taitojaan ja saada näin muun muassa sosiaalista arvostusta. Muiden ihmisten kanssa vietetyn yhteisen vapaa-ajan katsotaan lisäävän hyvinvointia. (Ojanen 2009, 170.)

Yksi vapaa-ajan vieton muodoista on luonnossa liikkuminen. Tutkimusten mukaan luonnon parissa vietetty aika kohentaa mielialaa, vie murheet pois mielestä ja lisää hyvinvoinnin tunnetta. Erityisesti metsässä liikkuminen vaikuttaa positiivisesti ajatteluun ja asioiden kokemiseen. (Ojanen 2013, 176.)

Myös liikunnalla tiedetään olevan henkistä hyvinvointia lisäävä vaikutus. Hyvinvoiva ihminen myös jaksaa paremmin, niin vastoinkäymisiä kuin arkisia tehtäviä. Masennuksen hoitoon yhdistetty liikunnan harjoittaminen voi edistää paranemista lähes yhtä paljon kuin terapeuttinen ja lääkkeellinen apu. (Ojanen 2013, 178.)

3.3 Vaikeuksissa olevan maataloustuottajan kohtaaminen

Maatalousyrittäjien eläkelaitos Melan ja psykologian tohtori Jukka Leskisen julkaisemassa Auttajan avuksi -oppaassa annetaan neuvoja vaikeuksissa olevan maataloustuottajan kohtaamiseen. Oppaan mukaan (Leskinen n.d., 1) noin 20 % maataloustuottajista kaipaa ulkopuolista apua erilaisten arjen ongelmien ratkaisemiseen. Ulkopuolisen avun tarvetta perustellaan muun muassa sillä, että maataloustuottajan lähipiiriin kuuluvilla ihmisillä itsellään ei aina mahdollisuutta auttaa tai osoittaa tukeaan

vaikeuksien keskellä. Toisaalta henkilökohtaisten vaikeuksien purkaminen voi olla helpompaa täysin ulkopuolisen ihmisen kanssa.

Vaikeimmissa tilanteissa tukea ja ymmärrystä odotetaan juuri omilta, lähimmiltä ihmisiltä, kuten omalta perheeltä tai hyviltä ystäviltä. On kuitenkin mahdollista saada apua myös muilta tahoilta, kuten sukulaisilta, lähialueen asukkailta, terveydenhuollosta tai muilta tilalla ja ammattialan parissa työskenteleviltä henkilöiltä. Tärkeintä avun tarjoamisessa on kyky pitää luottamuksella kerrotut asiat itsellään ja kuunnella avun tarpeessa olevan ajatuksia. (Leskinen n.d., 1.)

3.3.1 Mistä tunnistaa avun tarpeessa olevan maataloustuottajan?

Avun tarpeessa oleva maataloustuottaja ei välttämättä itse tunnista omaa tilaansa. Usein ulkopuolinen henkilö voi huomata muutoksia maataloustuottajan käytöksessä tai tavassa hoitaa tilan arkisia askareita. Uupumiseen liittyviä, havaittavia muutoksia käytöksessä voivat olla esimerkiksi masentuneisuus, mielialan nopeat vaihtelut, työtehtävien hoitamatta jättäminen, hajamielisyys tai ongelmat ihmissuhteissa. Myös epäkohdat yleisessä siisteydessä voivat olla uupumisen seurauksia. (Leskinen n.d., 2.) Maataloustuottaja, joka ei kykene hoitamaan omia ongelmiaan, ei välttämättä kykene huolehtimaan riittävän hyvin myös omista tuotantoeläimistään. Tuottajan hyvinvoinnin heikkeneminen lisää riskiä myös eläinten laiminlyönnille. (Redo att hjälpa dig om krisen kommer 2014.)

3.3.2 Miksi maataloustuottajia on tuettava?

Maataloustyö on muuttunut ajan myötä raskaammaksi, mikä on puolestaan vaikuttanut tuottajien terveydentilaan. Hyvinvointia heikentävät esimerkiksi erilaiset tuki- ja liikuntaeläimistöön liittyvät sairaudet sekä masennuksen kokeminen. Ajan kuluessa pienikin muutos terveydentilassa voi tuntua henkisesti raskaalta. Terveysteen liittyvien haasteiden lisäksi monilla tiloilla kamppaillaan taloudellisten vaikeuksien kanssa, eikä tähän maatalouteen liittyvään murrokseen näytä olevan tulossa pikaista muutosta. (Leskinen n.d., 2.)

3.3.3 Auttamisen tärkeimmät ylläpitäjät

Vaikeuksissa oleva maataloustuottaja näkee tulevaisuutensa usein toivottomana; ikään kuin mitään ei olisi enää tehtävissä. Toivottomuus voi syventää masennusta ja karsia viimeisetkin elämänilon rippeet. Auttajan tärkein tehtävä toivottomuutta kohdatessaan on herättää autettavassaan ajatus siitä, että toivoa on aina olemassa. Toivon luomisessa on olennaista lähteä liikkeelle niistä asioista, joissa on onnistuttu. (Leskinen n.d., 3.)

Elämäntilanteen muuttuessa myös turvattomuuden tunne lisääntyy. Tällöin vertaistuen saaminen vastaavassa tilanteessa olleilta ihmisiltä voi auttaa. Turvallisuuden tunnetta luodaan rohkaisemalla ja tukemalla autettavaa sekä kannustamalla häntä tarttumaan itse niihin asioihin, jotka on hoidettava. Todellisuuden tajun hämärtyessä omat ongelmat voivat tuntua suuremmilta, mitä ne todellisuudessa ovat. Tämä voi puolestaan johtaa ajatteluun, jossa itseä syyllistetään olemassa olevista ongelmista ja uskotaan niiden toistuvan jatkossakin. Auttajan tehtävä on ymmärtää, mutta samalla myös saada autettava huomaamaan ne asiat, jotka ovat kohdallaan. (Leskinen n.d., 3.)

3.4 Millaista apua maataloustuottajille on saatavilla?

Yhteistyössä Suomen Mielenterveysseuran kanssa perustettu maaseudun tukihenkilöverkko auttaa vaikeuksissa olevia maataloustuottajia ympäri Suomen. Tukihenkilöverkon toiminta perustuu vapaa-ehtoisuuteen, jossa koulutetut tukihenkilöt toimivat maataloustuottajien apuna ja tukena arjen haasteissa. Maataloustuottajille tukihenkilöverkon tarjoama apu on maksutonta ja luottamuksellista. Tukihenkilöt tarjoavat muun muassa kuuntelu- ja keskusteluapua. (Maaseudun tukihenkilöverkko n.d.)

3.4.1 Varavoimaa Farmarille – hanke auttaa jo ympäri Suomen

Satakunnasta ja Pirkanmaalta lähtöisin oleva Varavoimaa Farmarille – hanke tarjoaa maksutonta ja luottamuksellista apua arjen, yksityiselämän ja maatilan ongelmissa painiville maataloustuottajille. Kuluneen vuoden aikana maataloustuottajien avun tarve on kasvanut ja siihen vastaamaan on käynnistetty useita auttavia hankkeita. Varavoimaa Farmarille -hanke toimii Satakunnan ja Pirkanmaan lisäksi Varsinais-

Suomessa, Pohjois-Savossa ja Etelä-Pohjanmaalla. Vastaavia, maataloustuottajien auttamiseen ja hyvinvointiin liittyviä hankkeita on käynnistymässä Uudellamaalla, Kaakkois-Suomessa, Pohjois-Karjalassa, Keski-Pohjanmaalla ja Hämeessä. Joissakin maakunnissa tuottajat ovat itse ottaneet yhteyttä maataloustuottajaliittoihin ja tiedustelleet avun saatavuutta. Hankkeen parissa työskentelevät henkilöt tekevät tarvittaessa tilakäyntejä, tarjoavat keskustelu- ja kuunteluapua sekä auttavat yhteydenotoissa eri tahoihin. (Lensu 2016.)

3.4.2 Ajoissa annettu apu auttaa

Kuten pätee muuhunkin auttamiseen, varhaisella puuttumisella voidaan auttaa parhaiten myös maataloustuottajia. Esimerkiksi maataloustuottajan kokemaan uupumukseen tai taloudellisiin ongelmiin on syytä tarttua mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. On tavallista, että kaikki maataloustuottajat eivät hae apua itse, vaan avuntarpeesta viestittävät esimerkiksi tilalla työskentelevät henkilöt tai muut tilalla vierailevat ihmiset. Auttajina toimivien tahojen toiveena onkin, että tuottajan uupumisen huomanneet henkilöt puuttuisivat asiaan nopeammin, jotta apua voidaan tarjota ajoissa. (Varhainen apu pelastaa parhaiten 2015.)

3.4.3 Avun tarvetta tilakoosta riippumatta

Maataloustuottajien avun tarve ei ole riippuvainen tilan koosta tai aikaisemmasta menestyksestä maatalouden harjoittamisen parissa. Taloudelliset vaikeudet koettelevat myös niitä tiloja, joilla on aiemmin mennyt hyvin. Kynnys avun hakemiseen voi kuitenkin olla korkea, sillä mielikuvaa tilan pärjäämisestä halutaan ylläpitää. Väsymyksen myötä riski joutua tapaturmaan omalla tilalla kasvaa ja samalla saattaa aiheutua muita liitännäissairauksia. Taloudellisia vaikeuksia pyritään korjaamaan tekemällä enemmän työtä, jolloin aikaa muulle elämälle jää aikaisempaa vähemmän. Elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskuksia (ELY) on kehoitettu tukemaan maataloustuottajien jaksamiseen ja hyvinvointiin liittyviä hankkeita ministeriön tasolta asti. (Niittymaa 2016.)

4 Tutkimusasetelma

Tutkimuksen tekemiseen liittyy olennaisena osana tutkimusongelman, tutkimuskysymysten, kohderyhmän, tavoitteiden, tutkimusmenetelmien ja tutkimuksen analyysikeinojen määrittely. Näiden osa-alueiden avulla luodaan tutkimusasetelma, josta myös tutkimuksen tekeminen voi alkaa. Tutkimusasetelman avulla voidaan arvioida, soveltuuko tehty tutkimus tuloksineen myöhemmin ilmeneviin tapauksiin. (Kananen 2010, 137.)

4.1 Käsitteiden määrittely

Tutkimuksessa käytettävät käsitteet, tukiverkostot ja voimavarat, on määritelty erikseen selvyysyistä tutkimuksen tekemistä ja analysointia varten. Tukiverkostoilla tutkimuksessa tarkoitetaan yksilön sosiaalista pääomaa ja yhteyttä muihin ihmisiin. Yksityiselämän tukiverkostoja voivat olla esimerkiksi perhe, sukulaiset, ystävät, tuttavat, naapurit, elämänkumppani, puoliso ja lapset. Tukiverkosto koostuu ihmisistä, joilta on mahdollista saada apua ja tukea esimerkiksi käytännön töihin, keskusteluun, hyvinvoinnin ylläpitämiseen ja sujuvaan arkeen. Ammatillisia tukiverkostoja voivat olla muun muassa lomittajat, työterveyshuolto, maamiesseura, MTK:n paikallisyhdistys ja muut viljelijät.

Voimavaroilla tutkimuksessa tarkoitetaan yksilön hyvinvointia ja arjen mielekkyyttä lisääviä tekijöitä, jotka luovat perustan ihmisen toimintakyvylle, auttavat kohtaamaan elämän haasteita, antavat puhtia arkeen ja toimivat keinoina irtaantua arjesta. Voimavarat ovat usein itselle merkityksellisiä asioita, kuten harrastukset, hetket ystävien, perheen ja läheisten ihmisten kanssa, matkustelu, liikunta, ulkoilu ja luonto, järjestötyö, myönteinen elämänasenne, lepo ja nukkuminen, radio, tv, lehdet, kirjat, eläimet, musiikki tai kulttuuri. Ammatillisia voimavaroja voivat olla esimerkiksi ammattitaito, maatalousneuvonta, koulutus, taloudellinen neuvonta ja maatalouslomitus.

4.2 Tutkimusongelma ja tutkimuskysymykset

Tutkimuksen perimmäinen tarkoitus on selvittää, millaisia tukiverkostoja maataloustuottajilla on, millaisia tukiverkostoja heiltä puuttuu ja millaisia tukiverkostoja maataloustuottajat toivoisivat elämäänsä. Maataloustuottajien työ on toisinaan hyvinkin raskasta, vastuullista ja aikaa vievää, joten on mielekästä selvittää, millaisten tukiverkostojen avulla päivittäisestä arjesta selviydytään. Yksi tärkeimmistä tutkimuskysymyksistä on, miten jonkin tukiverkoston puuttuminen tai olemassa olon lakkaaminen vaikuttaa maataloustuottajan arkeen ja siitä selviytymiseen. Mitkä ovat niitä tärkeimpiä tukiverkostoja, joita maataloustuottaja kokee tarvitsevansa omassa arjessaan?

Tukiverkostojen lisäksi tutkimuksessa tarkastellaan voimavarojen merkitystä. On mahdollista, että kaikilla maataloustuottajilla ei ole olemassa riittävää tukiverkostoa, jolloin puhtia arkeen on ammennettava omista voimavaroista. Parhaimmillaan maataloustuottajilla voi olla käytettävissään sekä hyviä tukiverkostoja että toimivia voimavaroja arjesta selviytymiseen. Tutkimuksessa selvitetään, mitkä ovat maataloustuottajien tärkeimpiä voimavaroja, millaisia voimavaroja heiltä puuttuu ja millaisia voimavaroja he toivoisivat elämäänsä. Tutkimuksessa kartoitetaan sekä yksityiselämän että ammatillisten kontaktien muodostamia tukiverkostoja ja voimavaroja.

4.3 Tutkimuksen tavoitteet

Tutkimuksen tavoitteena on selvittää, mitkä arjen mielekkyyttä ja hyvinvointia ylläpitävät tekijät maataloustuottajat kokevat tärkeimmiksi omassa elämässään. Toivon, että saatu tutkimustulos herättäisi keskustelua ja mahdollisesti sellaisia toimenpiteitä, joilla voitaisiin edistää maataloustuottajien arjesta selviytymistä. Vaikeista nykyaikaisista johtuen erilaisten tukitoimenpiteiden suunnittelu ja toteutus maataloille on ajankohtaista ja tarpeellista. On kuitenkin mahdollista, että tarjotut tukitoimet eivät aina kohtaa maataloilla olevaa todellista tarvetta, vaan ne vaativat tarkempaa suunnittelua.

Olisi tärkeää, että niitä voimavaroja ja tukiverkostoja, joita maataloustuottajat kokevat tärkeimmiksi, tuettaisiin tai edistettäisiin muulla tavoin niiden olemassaoloa. Toivon, että niitä maataloustuottajia, joilla ei ole olemassa riittävää tukiverkostoa ja

voimavaroja, kartoitettaisiin, ja yritettäisiin auttaa jaksamaan arjessaan. Olisi tärkeää, että jokaisella maataloustuottajalla olisi tukipilareita, joihin nojata vaikeina aikoina ja joiden kanssa iloita hyvinä hetkinä.

Tutkimuksen tärkein tavoite on saada maataloustuottajien omaa ääntä kuuluviin ja tuoda esiin heidän mielteitään ja toiveitaan tukiverkostojen ja voimavarojen merkityksestä. Saaduilla vastauksilla on myös yhteiskunnallista merkitystä, sillä koen niiden antavan rehellisen kuvan siitä, mitkä seikat maataloustuottajat kokevat merkittäviksi omassa arjessaan. Kuluttajien on toisinaan vaikea muodostaa realistista kuvaa maataloustuottajien arjesta ja sen haasteista, mutta toivon, että tämän tutkimuksen avulla nousisi esiin sellaisia seikkoja, joiden avulla oikean kuvan muodostuminen olisi todennäköisempää.

4.4 Metodologia ja tutkimuskohde

Metodologialla tarkoitetaan tutkimusasetelmaa, jonka avulla tutkimustuloksia voidaan rinnastaa myöhemmin muihin vastaaviin tutkimuskohteisiin (Kananen 2010, 137). Tutkimuksen kohteena ovat suomalaiset maataloustuottajat. Maataloustuottajilla tässä tutkimuksessa tarkoitetaan henkilöitä, jotka saavat pääasiallisen ansionsa maatalouden harjoittamisesta. Maataloudella tässä tutkimuksessa puolestaan tarkoitetaan viljan- ja kasvinviljelyä, maidontuotantoa ja lypsykarjataloutta, lihakarjantautantoa, lammas- ja siipikarjataloutta, sikataloutta tai jotakin muuta maatalouden tuotantosuuntaa tai maatalouteen liittyvää yritystoimintaa. Saatujen tutkimustulosten voidaan arvella soveltuvan myös niihin maataloustuottajiin, jotka ovat jääneet kyselytutkimuksen kohderyhmän ulkopuolelle.

4.4.1 Aihealue ja rajaaminen

Tutkimusta varten suunniteltu kysely on tehty koskemaan ainoastaan maataloustuottajia, sillä tutkimuksen lähtökohtana on selvittää juuri heidän ajatuksiaan aihepiiriin ympäriltä. Tutkimuksen aihealueeseen kuuluvat maataloustuottajien tärkeimmät yksityiselämän ja ammatillisten yhteyksien kautta muodostuvat tukiverkostot ja voimavarat. Tukiverkostojen ja voimavarojen merkitystä pyritään täsmentämään tarkentavilla, avoimilla kysymyksillä. Kyselytutkimuksella pyritään selvittämään mahdollisimman perusteellisesti eri tekijöiden vaikutusta maataloustuottajien jaksamiseen,

arkeen, hyvinvointiin ja mahdollisuuteen huolehtia omista tukiverkostoista ja voimavaroista.

4.4.2 Kyselytutkimuksen kohderyhmä

Kyselytutkimuksen kohderyhmäksi valikoitui joukko eri-ikäisiä maataloustuottajia, jotka osallistuivat syksyllä 2015 Ikaalisissa järjestettyyn, tuottajille ja heidän perheenjäsenilleen suunniteltuun Hyvinvointipäivään. Kohderyhmän valintaa voidaan perustella sillä, että kysely voitiin osoittaa kerralla kohtuullisen suurelle osallistujajoukolle ja vastaukset voitiin kerätä saman päivän aikana. Kyselytutkimuksen kohderyhmäksi valikoituneet maataloustuottajat olivat tulleet kuuntelemaan neuvoja arjessa jaksamiseen, stressin hallintaan ja elämässä tapahtuvien muutosten kohtaamiseen. Kohderyhmänä olleita maataloustuottajia yhdisti kiinnostus omaa hyvinvointiaan kohtaan.

4.5 Tutkimusote

Jotta kyselytutkimus tarjoaisi mahdollisimman syvällisen ja monipuolisen lopputuloksen tutkittavista aihealueista, tutkimuksessa yhdisteltiin sekä laadullista että määrällistä tutkimusta. Pääpaino on laadullisessa tutkimuksessa, sillä tutkimuksen tavoitteena on tuottaa aiheesta uutta tietoa. Koska aiheesta ei ole tehty aiempaa vastaavanlaista tutkimusta, tilastollisen tiedon tuottaminen määrällisen tutkimuksen menetelmillä ei ole perusteltua. Määrällisessä tutkimuksessa vastaajien joukko on yleensä suuri, jolloin tuloksiakin on käsiteltävä tilastollisin menetelmin. Koska ennen kyselytutkimuksen teettämistä ei ollut tietoa vastaajien lopullisesta määrästä, on perusteltua käyttää laadullista tutkimusotetta tutkimuksen tekemiseen.

Määrällinen eli kvantitatiivinen tutkimusote kertoo muun muassa, millainen on tutkimuksen ikä- ja sukupuolijakauma ja mitkä tekijät nousivat tärkeimmiksi niissä kysymyksissä, joissa vastausvaihtoehdot oli määriteltä etukäteen. Määrällinen tutkimusote kertoo nimensä mukaisesti, kuinka moni tai kuinka suuri osa kohderyhmästä oli mitään mieltä. Määrällisten vastausten saaminen on tutkimuksen kannalta kuitenkin tärkeää, jotta voidaan arvioida sitä, mitkä tukiverkostot ja voimavarat nousivat vastauksissa ylitse muiden.

Tutkimusotteen kvalitatiivisessa eli laadullisessa osassa keskitytään avoimiin kysymyksiin, joissa tutkimukseen osallistunut henkilö sai muotoilla vastauksensa itse. Yhdistelemällä kahta erilaista tutkimusotetta voidaan taata, että vastaajilla on mahdollisuus kertoa aiheeseen liittyen kaikki mieleen tulevat ajatuksensa, eikä vain niitä, joita ennalta määritellyissä kysymyksissä on valittavissa. Laadullinen tutkimus antaa vastauksiin syvällisyyttä ja nostaa mahdollisesti esiin uusia näkökulmia ja seikkoja, jotka ovat mielenkiintoisia tutkimuksen kannalta. Laadullinen tutkimusote kertoo muun muassa, millainen merkitys tukiverkostoilla ja voimavaroilla on ja millaisissa tilanteissa niillä on ollut erityistä merkitystä.

Tutkimuksen luonteen vuoksi on tärkeää saada tietää, kuinka moni maataloustuottaja asettuu vastauksissaan tietylle kannalle. Samalla on myös tärkeää selvittää, millaisia kokemuksia maataloustuottajilla on niistä tekijöistä, jotka heidän arkeensa vaikuttavat. Laadullista tutkimusotetta perustellaan myös sillä, että tutkittavasta aiheesta halutaan nostaa esiin uutta tietoa (Kananen 2010, 41).

4.6 Tiedonkeruu

Tiedonkeruun tarkoituksena on kerätä aineistoa, jonka avulla voidaan hankkia vastaukset tutkimuksen pohjaksi määriteltuihin tutkimuskysymyksiin (Kananen 2010, 139). Tutkimukseen tarvittava aineisto kerättiin kohderyhmäksi valikoituneilta maataloustuottajilta ennalta suunnitellun kyselykaavakkeen muodossa. Tiedonkeruu pyrittiin tekemään mahdollisimman tehokkaasti, jotta aineisto kuvaisi mahdollisimman hyvin juuri senhetkistä tilannetta. Kaikille vastaajille pyrittiin luomaan samankaltaiset edellytykset kyselyyn vastaamiseen; aikaa vastauksen palauttamiseen oli lähes seitsemän tuntia ja kyselyyn osallistuneet saivat miettiä vastauksiaan rauhassa Hyvinvointipäivän aikana.

Aineiston kokoamisen jälkeen suoritettiin vastausten ensimmäinen läpiluku, jonka yhteydessä karsittiin ne vastauslomakkeet, joista puuttui liikaa olennaisia tietoja, kuten sukupuoli, ikä, tuotantosuunta, koulutus ja parisuhdetilanne. Vastausten vertailun vuoksi oli olennaista, että kaikkiin strukturoituihin kysymyksiin oli vastattu. Ensimmäisen läpiluvun yhteydessä tehtiin havainnot vastaajien määrästä sekä sukupuoli- ja ikäjakaumasta. Vastauskaavakkeiden toisen läpiluvun yhteydessä vastaukset

jaoteltiin ikäryhmittäin niin, että eri-ikäisten miesten ja naisten vastaukset käsiteltiin erikseen. Vastauskaavakkeiden järjestelty helpotti myös vastausten tallentamista Webropol-kyselyohjelmiston sähköiseen tietokantaan.

4.7 Kyselylomake

Tutkimusta varten suunniteltu kyselylomake on pituudeltaan neljä sivua. Kyselylomakkeen runko rakentuu perustiedoista, jossa kartoitetaan vastaajan sukupuoli, ikä, maakunta, koulutustausta, koulutustaso, parisuhdetilanne, vastaajan edustama maatalouden tuotantosuunta, maatalouden harjoittamisesta kertyneet kokemusvuodet ja vastaajan arvio siitä, kuinka pitkään hän uskoo jatkavansa töitä maatalouden parissa. Perustiedoissa kysytään myös vastaajan arviota siitä, miten hyvin hän kokee selviävänsä työstään ja tämänhetkisestä arjestaan ja miten hän kokee jaksamisensa niiden suhteen muuttuneen kuluneen vuoden aikana.

Kyselylomakkeen toisessa osassa kartoitetaan tärkeimpiä yksityiselämän ja ammatillisten yhteyksien kautta muodostuneita tukiverkostoja, niiden merkitystä, tukiverkostoilta saatua apua ja niitä hetkiä, jolloin saatu apu on ollut erityisen merkityksellistä. Kyselyssä kartoitetaan myös, minkä tukiverkoston puuttuminen vaikuttaisi vastaajan arkeen ja toimintakykyyn eniten ja millä tavalla.

Kolmannessa osassa keskitytään yksityiselämän ja ammatillisiin voimavaroihin sekä niiden merkitykseen. Vastaajat saavat arvioida, millaisissa tilanteissa omat voimavarat ovat olleet erityisen tärkeitä ja millaista muuta tukea he toivoisivat saavansa omaan arkeensa. Kyselyn lopuksi vastaajia pyydettiin arvioimaan oman ammattitaitonsa ja ammattiylpeytensä tasoa sekä sitä, mistä heidän valitsemansa tasot johtuvat. Kyselyn lopuksi kartoitettiin, miten vastaaja hoitaa omia tukiverkostojaan ja voimavarojaan sekä onko hänellä aikaa ja voimia niiden hoitamiseen.

Koska vastaajien lopullisesta määrästä ei ollut varmaa tietoa ennen tutkimuksen tekemistä, oli kyselyn lopuksi mahdollista ilmoittaa halukkuutensa syventävään haastatteluun. Tämä tarkoituksena oli taata riittävä tutkimusaineisto, mikäli vastauskaavakkeiden määrä jäisi liian alhaiseksi. Kyselykaavakkeen pääpaino on laadullisilla eli avoimilla kysymyksillä, mutta tulosten vertailemiseksi kyselytutkimukseen sisältyy

määrällisiä eli strukturoituja kysymyksiä, joissa vastaus valitaan annetuista vaihtoehdoista. Kyselylomake on tämän tutkimuksen liitteenä (Liite 1).

4.8 Kyselytutkimuksen toteutus käytännössä

Kyselytutkimus toteutettiin lokakuun 15. päivänä 2015 Ikaalisten kylpylässä maataloustuottajille suunnatun Hyvinvointipäivän yhteydessä. MTK-Pirkanmaan, Melan, MTK-Satakunnan ja Varavoimaa Farmarille II – hankkeen yhteiseen Hyvinvointipäivään odotettiin saapuvaksi noin 200 ennakkoilmoittautunutta maataloustuottajaa, heidän perheenjäsentään ja ammattialan parissa työskentelevää henkilöä. Kyselytutkimuksen teettäminen kohderyhmällä mahdollistui yhteistyöllä MTK-Pirkanmaan ja MTK-Satakunnan kanssa.

Kyselytutkimus toteutettiin käytännössä niin, että kyselykaavakkeet jaettiin valmiiksi osallistujien istumapaikoille ennen tilaisuuden alkua. Hyvinvointipäivään osallistuneita informoitiin tilaisuuden alussa, että päivän aikana toteutetaan opinnäytetyökysely, johon toivotaan mahdollisimman runsasta osanottoa vastausten muodossa. Kyselytutkimuksen etusivulle tehty saateteksti piti sisällään selostuksen kyselyn käyttötarkoituksesta, taustoista sekä tiedot korkeakoulusta ja kyselyn teettäjistä. Näin ollen kyselyyn vastaajat saivat tarpeen tullen lisäinformaatiota siitä, mihin olivat vastaamassa.

Kyselyvastauksia varten tehtiin kannellinen palautuslaatikko, johon valmiiksi täytetty kysely oli mahdollista palauttaa päivän aikana. Näin pidettiin huolta myös tietosuojaista, jotta kaikki annetut vastaukset säilyivät koskemattomana. Viimeiset vastaukset kerättiin Hyvinvointipäivän päätteeksi ja arkistoitii tulosten sähköistä tallennusta ja analysointia varten.

4.9 Aineisto ja sen analyysimenetelmät

Tutkimuksessa käytetty aineisto muodostuu kyselykaavakkeista, joihin on kerätty vastaukset kohderyhmään valituilta maataloustuottajilta. Vastausten paperinen aineisto tallennettiin Webropol-ohjelmistoon, johon tehtiin samasanainen kysely sähköisessä muodossa. Kyselyyn vastaaminen oli mahdollista ainoastaan Hyvinvointipäivän yhteydessä paperisella kaavakkeella. Koska saatuja vastauksia oli runsaasti, nii-

den sähköinen tallentaminen oli välttämätöntä analysoinnin ja vastausten vertailun helpottamiseksi. Jo ensimmäisten lukukertojen aikana voitiin havaita, mitkä seikat nousivat vastauksissa eniten esiin.

Tutkimuksessa painopiste on laadullisella tutkimuksella, sillä aiheesta halutaan saada esiin uutta tietoa ja toisaalta ei voida olla aivan varmoja, millaista tietoa kyselytutkimus tuottaa. Tulosten vertailemiseksi kyselyssä on myös määrällisiä kysymyksiä. Vastaajien perustietoihin liittyviin kysymyksiin on luotu selvyysyistä vastausvaihtoehdot, jotta niihin vastaaminen olisi helpompaa ja nopeampaa. Pelkkiä avoimia kysymyksiä käyttämällä kyselyyn vastaaminen olisi ollut työläämpää. Kyseessä on siis määrällisen ja laadullisen tutkimuksen yhdistelmä, jossa analysointikeinoja poimitaan molemmista tutkimusmenetelmistä.

Kvantitatiivisista eli määrällisistä kysymyksistä saatuja vastauksia analysoidaan muun muassa kysymyksittäin suorien jakaumien avulla, jossa nähdään vastausten suhteellinen jakautuminen prosentuaalisesti. Saatuja tuloksia analysoidaan myös ristiintaulukoimalla, jossa tarkastellaan eroavuuksia kahden eri vastaajaryhmän, kuten sukupuolten välillä (Kananen 2010, 105). Vertailua tehdään myös useampien vastaajaryhmien, kuten iän, tuotantosuuntien ja parisuhdetilanteiden välillä. Määrällisistä kysymyksistä selviää, kuinka suuri prosentuaalinen osuus vastaajista oli mitäkin mieltä.

Kvalitatiivisia eli laadullisia kysymyksiä analysoidaan etsimällä niistä ennalta arvaamatonta tietoa (Kananen 2010, 41). Laadullisten tutkimuskysymysten kautta saatuja vastauksia ei muuteta analyysissa prosentuaaliseen muotoon, vaan niiden avulla pyritään löytämään sellaista uutta tietoa, jota määrällisissä kysymyksissä ei ole tullut ilmi. Samalla saadaan luotua vaihtelua ja luettavuutta tulosten analyysille, kun saatujen vastausten esittämistavat vaihtelevat.

4.10 Aineiston luotettavuus

Aineiston luotettavuus perustuu maataloustuottajilta saatuihin vastauksiin kyselyhetkellä. Olettamuksena on, että kaikki kyselyyn osallistuneet ovat vastanneet kyselyyn rehellisesti ja sen hetkisen elämäntilanteensa ja ajatustensa mukaan. Aineiston analysoinnissa tyhjäksi jääneitä vastauskenttiä ei ole huomioitu vastausten tallen-

nuksessa, jotta saatu lopputulos ei vääristyisi. Vastausprosentit on määritelty kysymyskohtaisesti saatujen vastausmäärien mukaan. Kyselytutkimuksen avulla kerätyt vastaukset on dokumentoitu sähköisesti samasanaaisina, kuin paperisessa versiossa. Kyselyhetkellä kerätty aineisto kuvaa kohderyhmään valikoituneiden maataloustuottajien juuri sen hetkisiä ajatuksia ja mietteitä.

5 Tutkimuksen tulokset, analyysi ja tulkinta

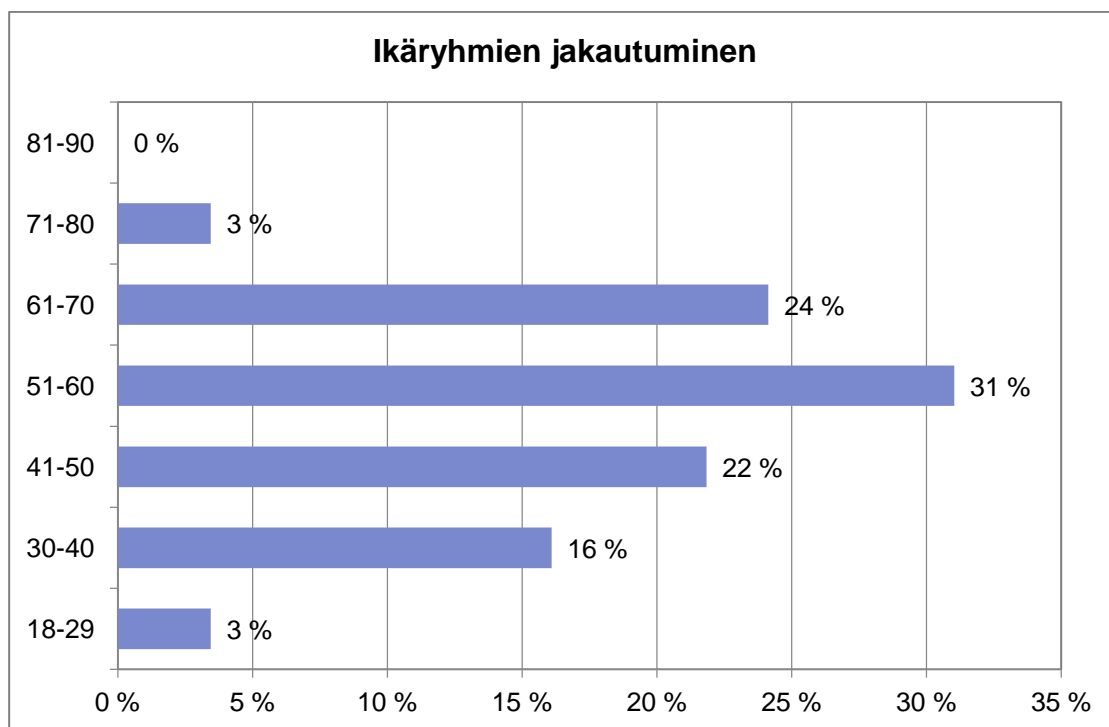
Tukiverkostojen ja voimavarojen merkitys maataloustuottajan arjessa - kyselytutkimus tuotti kaikkiaan 87 vastausta. Kyselykaavakkeita oli varattu kaikkiaan hieman yli kahdelle sadalle vastaajalle. Lokakuiseen Hyvinvointipäivään osallistui lopulta noin 150 maataloustuottajaa, heidän perheenjäsentään ja ammattialan parissa työskentelevää henkilöä. Koska Hyvinvointipäivään osallistui myös muita henkilöitä kuin maataloustuottajia, jäi vastausten määrä luonnollisesti vähäisemmäksi kuin tapahtumaan osallistuneiden henkilöiden määrä. On myös mahdollista, että maataloustuottajaparisunnista vain toinen osapuoli osallistui kyselyyn. Saatujen vastausten määrä antaa kuitenkin melko hyvän kuvan siitä, millaisilla tukiverkostoilla ja voimavaroilla on merkitystä maataloustuottajan arjessa. Tehty kyselytutkimus antaa kuvan juuri senhetkisestä tilanteesta. Tutkimus jakautui kolmeen osa-alueeseen; perustietoihin tutkimuksen taustaksi sekä tukiverkostojen ja voimavarojen merkityksien kartoittamiseen.

5.1 Tutkimuksen keskeisimmät tulokset ja niiden tarkastelu

Kyselytutkimukseen osallistuneista 53 % oli miehiä ja 47 % naisia. Tutkimuksen kannalta on hyvä, että sekä miesten että naisten vastaukset jakaantuivat tasaisesti, jotta molempien ajatukset ja mielipiteet nousevat tasapuolisesti esiin. Huomattavaa tuloksissa oli, että naiset olivat vastanneet avoimiin kysymyksiin perusteellisemmin ja pidemmin sanankääntein kuin miehet. On mahdollista, että naiset ovat taipuvaisempia pohtimaan arjen merkityksellisiä asioita enemmän kuin miehet.

5.1.1 Ikäryhmien jakautuminen

Tutkimustulosten vertailun helpottamiseksi vastaajat jaoteltiin kyselytutkimuksessa eri ikäryhmiin. Enemmistö vastaajista, 31 %, oli 51–60-vuotiaita. Nuorimpaan ikäryhmään, 18–29-vuotiaisiin, kuului 3 % vastaajista. Sama määrä vastaajia (3 %) oli ikäryhmässä 71–80-vuotiaat. 16 % vastaajista oli 30–40-vuotiaita, 22 % 41–50-vuotiaita ja 24 % 61–70-vuotiaita. Yli 80-vuotiaita vastaajia ei osallistunut kyselyyn. Koska Hyvinvointipäivään osallistuneiden maataloustuottajien ikää ei tiedetty etukäteen, vastaajat eriteltiin useamman eri ikäryhmän avulla.

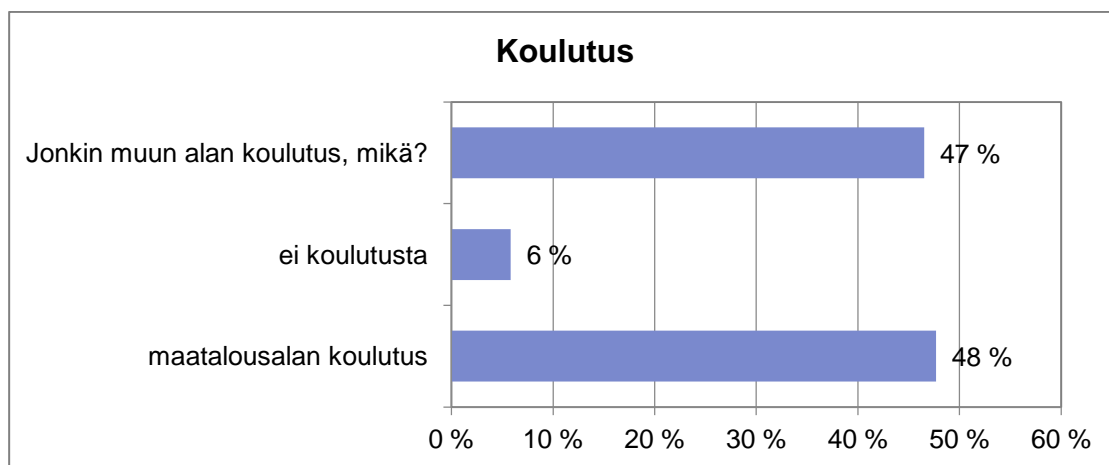


Taulukko 1 Kyselytutkimukseen osallistuneiden maataloustuottajien ikäryhmien jakautuminen. Enemmistö vastaajista oli 51–60-vuotiaita.

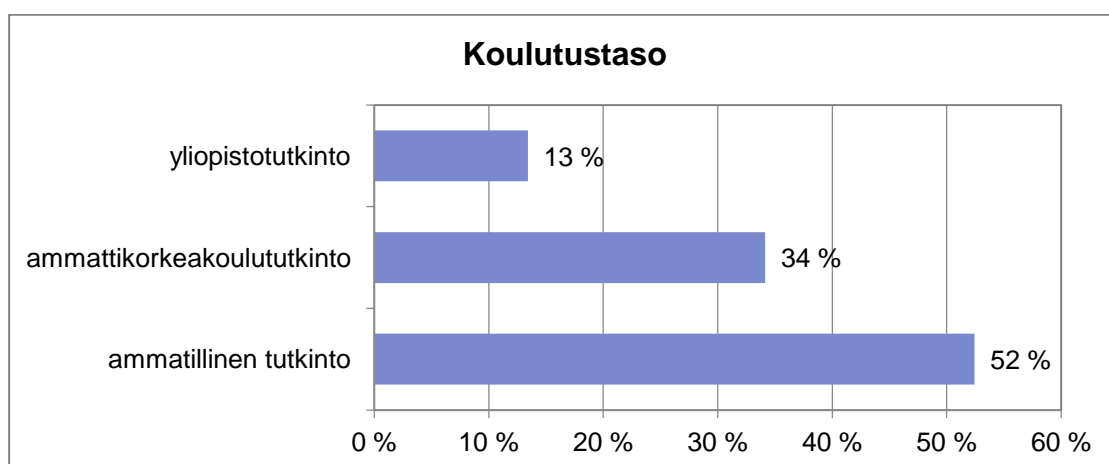
Hyvinvointipäivään odotettiin osallistujia kahden eri maakunnan alueelta, sillä päivän järjestelyissä oli mukana kaksi Maa- ja metsätaloustuottajain alueellista liittoa, MTK-Pirkanmaa ja MTK-Satakunta. Kyselytutkimukseen vastanneista maataloustuottajista 64 % oli Pirkanmaan alueelta ja 36 % Satakunnan alueelta.

5.1.2 Koulutus ja koulutustaso

Kyselytutkimukseen vastanneista maataloustuottajista lähes puolella (48 %) oli taustallaan maatalousalan koulutus. Kuudella prosentilla (6 %) vastaajista ei ollut lainkaan koulutusta. Vastaajista 47 %:lla oli muun kuin maatalousalan koulutus. Vastauksissa mainittuja muun alan tutkintoja oli suoritettu muun muassa sosiaali- ja terveysalalta, ravintola-alalta, metsätaloudesta, rakennuslta ja kaupalliselta alalta. Yli puolella vastaajista, 52 %:lla, oli taustallaan ammatillinen tutkinto. Ammattikorkeakoulututkinnon oli suorittanut 34 % vastaajista ja yliopistotasaisen tutkinnon 13 % vastaajista.



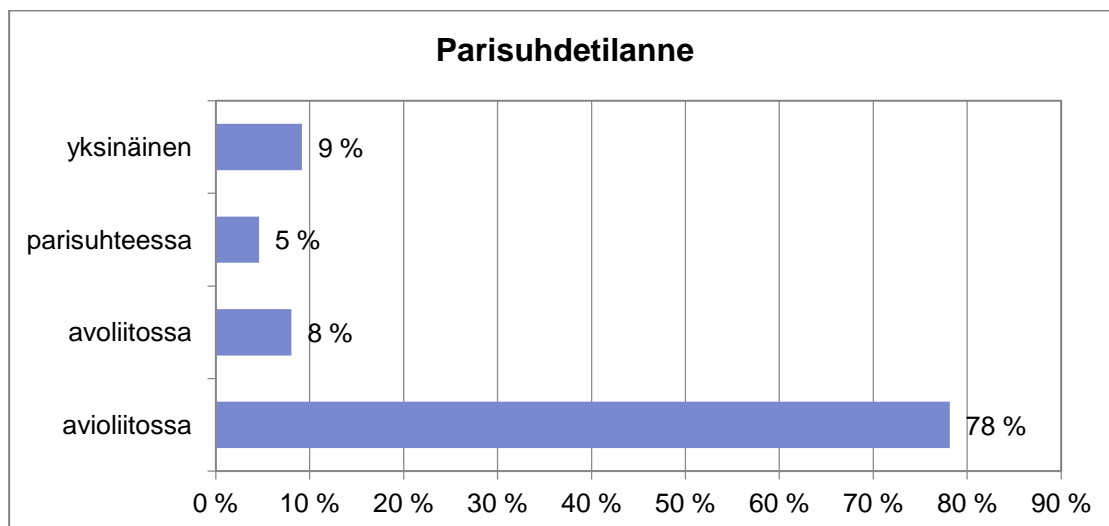
Taulukko 2 Kyselytutkimukseen vastanneiden maataloustuottajien koulutustausta. 48 %:lla vastaajista oli maatalousalan koulutus.



Taulukko 3 Eri koulutustasojen jakautuminen vastaajien välillä. 52 %:lla vastaajista oli taustallaan ammatillinen tutkinto.

5.1.3 Parisuhdetilanne

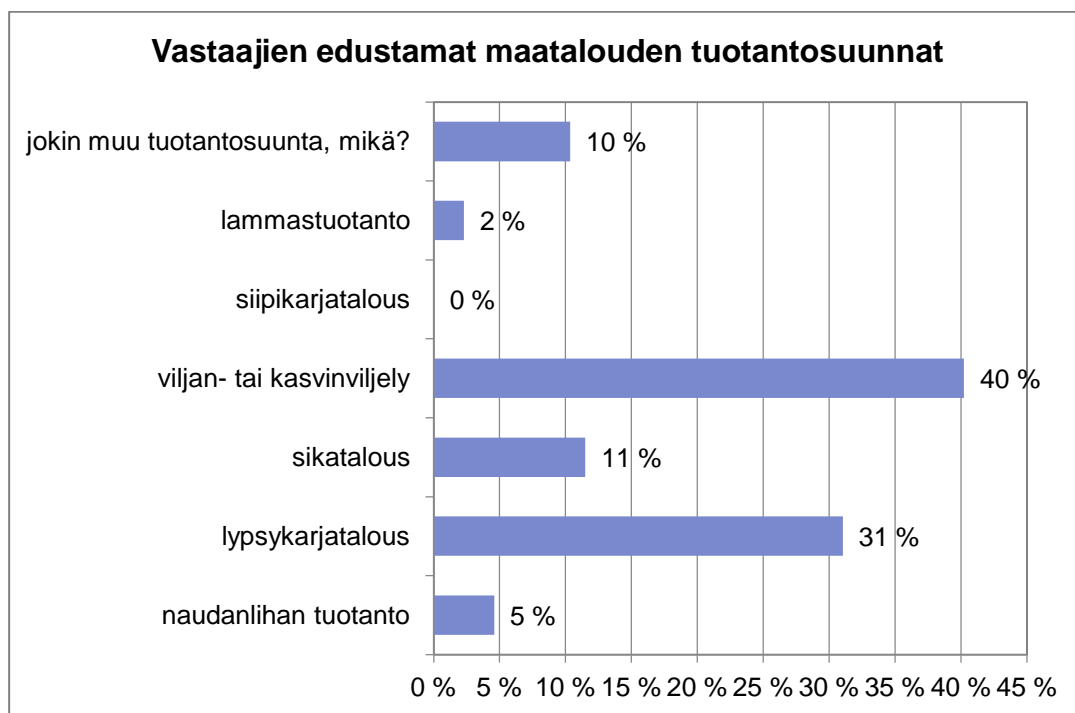
Maataloustuottajista 78 % mainitsi olevansa avioliitossa. Kahdeksan prosenttia (8 %) vastaajista oli avioliitossa ja viisi prosenttia (5 %) parisuhteessa. Noin yhdeksän prosenttia (9 %) vastaajista mainitsi olevansa yksinäinen maataloustuottaja.



Taulukko 4 Maataloustuottajien parisuhdetilanne kyselyhetkellä. 78 % vastaajista oli avioliitossa, 9 % vastaajista kertoi olevansa yksinäisiä.

5.1.4 Maatalouden tuotantosuunnat

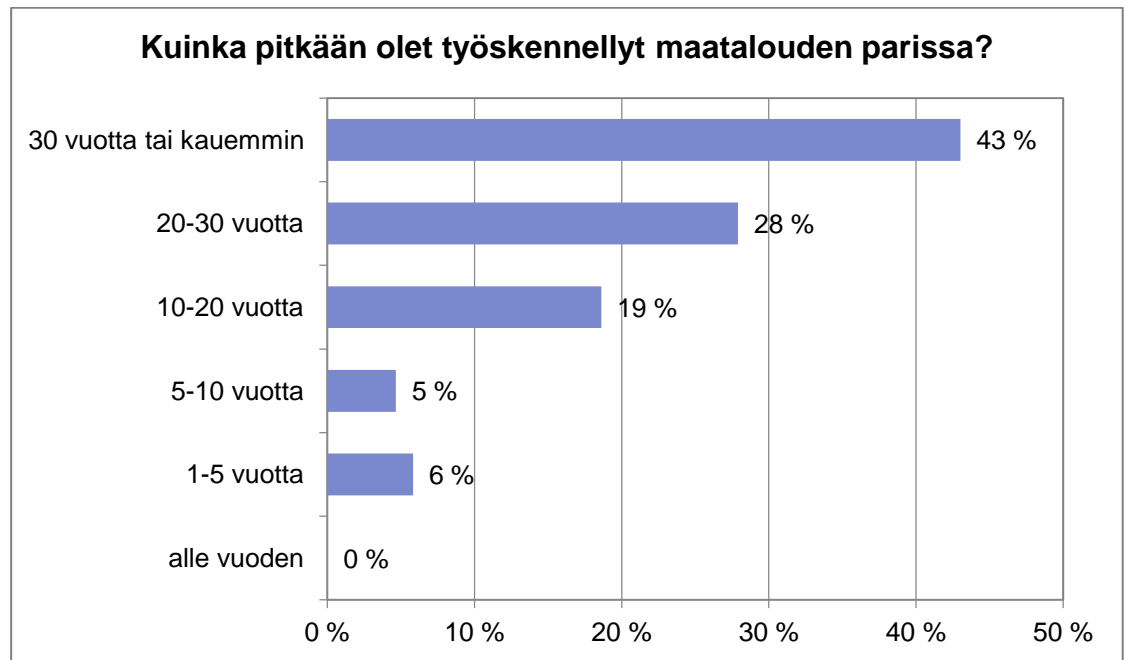
Kyselytutkimukseen vastanneista maataloustuottajista 40 % ilmoitti päätuotantosuunnakseen viljan- tai kasvinviljelyn. Lypsykarjataloutta harjoitti 31 % vastaajista, sikataloutta 11 %, naudanlihantuotantoa 5 % ja lammastuotantoa 2 % vastaajista. Noin kymmenen prosenttia (10 %) vastaajista ilmoitti harjoittavansa jotakin muuta maatalouden tuotantosuuntaa tai maatalouteen liittyvää yritystoimintaa, kuten hevos- ja metsätaloutta. Kyselytutkimukseen osallistuneista maataloustuottajista kukaan ei ilmoittanut harjoittavansa päätuotantomuotonaan siipikarjataloutta.



Taulukko 5 Kyselytutkimukseen osallistuneet maataloustuottajat edustivat useaa eri tuotantosuuntaa. Lähes puolet (40 %) vastaajista harjoitti päätuotantomuotonaan viljan- tai kasvinviljelyä.

5.1.5 Kokemusvuodet maataloustuotannon harjoittamisesta ja arvio tulevaisuudesta

Maataloustuottajista 43 % kertoi harjoittaneensa maataloutta jo kolmenkymmenen vuoden ajan tai kauemmin. Vastaajista 28 % oli harjoittanut maataloutta 20- 30 vuotta, 19 % vastaajista 10 – 20 vuotta ja viisi prosenttia (5 %) viidestä kymmeneen vuoteen. Kuudella prosentilla (6 %) vastaajista oli kokemusta maatalouden harjoittamisesta yhdestä viiteen vuoteen. Alle vuoden ajan maataloutta harjoittaneita henkilöitä ei osallistunut kyselytutkimukseen.



Taulukko 6 Vastaajien kokemusvuodet maatalouden harjoittamisesta. Maataloustuottajista 43 % vastasi harjoittaneensa maataloutta jo kolmenkymmenen vuoden ajan tai kauemmin.

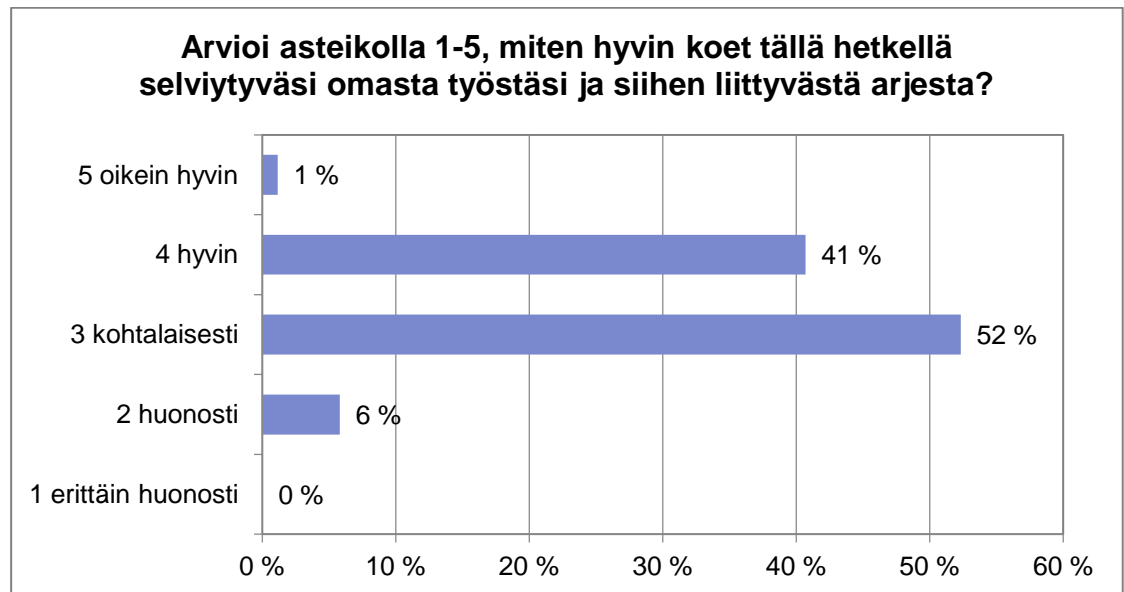
Tutkimuksen yksi tärkeimmistä kysymyksistä oli selvittää, kuinka kauan maataloustuottajat arvelevat jatkavansa työskentelyä maatalouden parissa. Maataloustuottajista 30 % arveli jatkavansa maatalouden parissa työskentelyä seuraavat 10–15 vuotta. Viidestä kymmeneen vuotta arveli jatkavansa 20 % tuottajista. Lähes saman verran vastaajia, 21 %, arvioi tulevien työvuosien pituudeksi yhdestä viiteen vuotta. Maataloustuottajista 12 % arvioi jatkavansa maatalouden harjoittamista 30 vuotta tai pidempään, kymmenen prosenttia (10 %) 20–30 vuoden ajan ja viisi prosenttia (5 %) seuraavat 15–20 vuotta. Kaksi prosenttia (2 %) vastaajista aikoi jatkaa maatalouden parissa enää alle vuoden verran.



Taulukko 7 Maataloustuottajien arvio tulevien työvuosien pituudesta jakautui pääasiassa välille 1-15 vuotta. 12 % vastaajista uskoi harjoittavansa maataloutta vielä 30 vuotta tai pidempään.

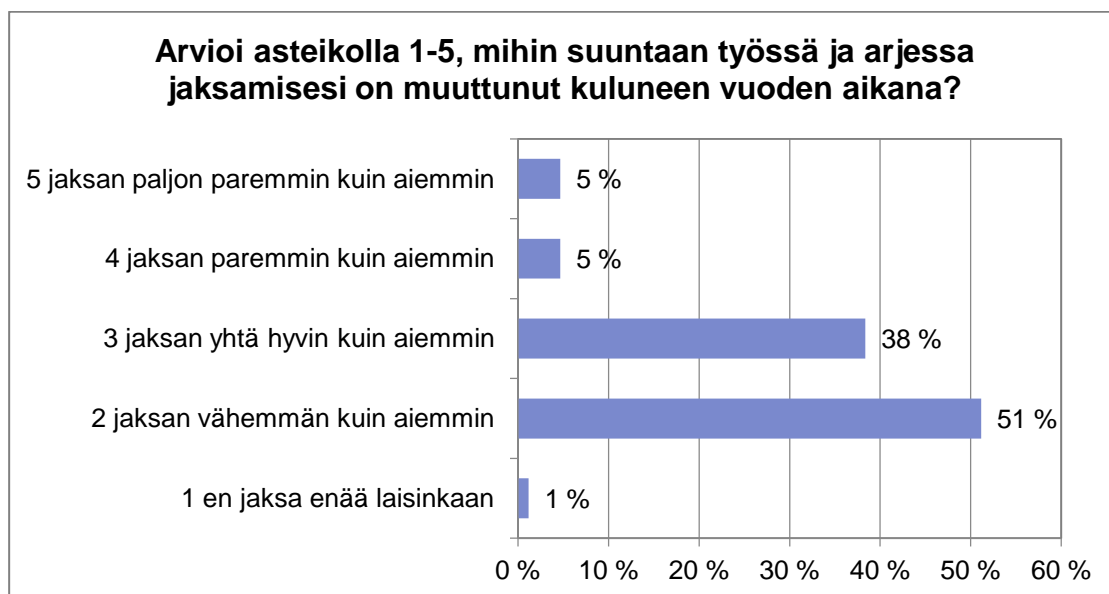
5.1.6 Omasta työstä ja arjesta selviytyminen

Perustiedot-osuuden päätteeksi maataloustuottajia pyydettiin arvioimaan asteikolla 1-5, kuinka hyvin he kokevat selviytyvänsä omasta työstään ja siihen liittyvästä arjesta. Saadut vastaukset kuvaavat maataloustuottajien arviota kyselyhetkellä. Yli puolet vastaajista, 52 %, arvioi selviytyvänsä omasta työstään ja siihen liittyvästä arjesta kohtalaisesti (taso 3). Tuottajista 41 % kertoi selviytyvänsä omasta arjestaan hyvin (taso 4). Pieni osuus vastaajista (1 %) kertoi selviytyvänsä oman arkensa haasteista oikein hyvin (taso 5). Huonosti omasta arjestaan selviytyviä (taso 2) oli kuusi prosenttia (6 %) vastaajista. Kukaan vastaajista ei kokenut, että selviytyisi omasta arjestaan erittäin huonosti (taso 1).



Taulukko 8 Yli puolet (52 %) maataloustuottajista koki selviytyvänsä omasta työstään ja siihen liittyvästä arjesta kohtalaisesti.

Mahdollisen tapahtuneen muutoksen selvittämiseksi maataloustuottajia pyydettiin arvioimaan, mihin suuntaan heidän työssään ja arjessaan jaksaminen on muuttunut kuluneen vuoden aikana. Yli puolet vastaajista, 51 %, arvioi jaksavansa omassa työssään ja arjessaan vähemmän kuin aiemmin (taso 2). 38 % vastaajista koki jaksavansa yhtä hyvin kuin aiemmin (taso 3). Viisi prosenttia (5 %) vastaajista arvioi jaksavansa paremmin kuin aiemmin (taso 4) ja saman verran vastaajia (5 %) kertoi jaksavansa paljon paremmin (taso 5) omassa työssään ja arjessaan kuin aiemmin. Prosentti (1 %) vastaajista koki, että ei jaksakaan omassa työssään ja arjessaan enää laisinkaan (taso 1).

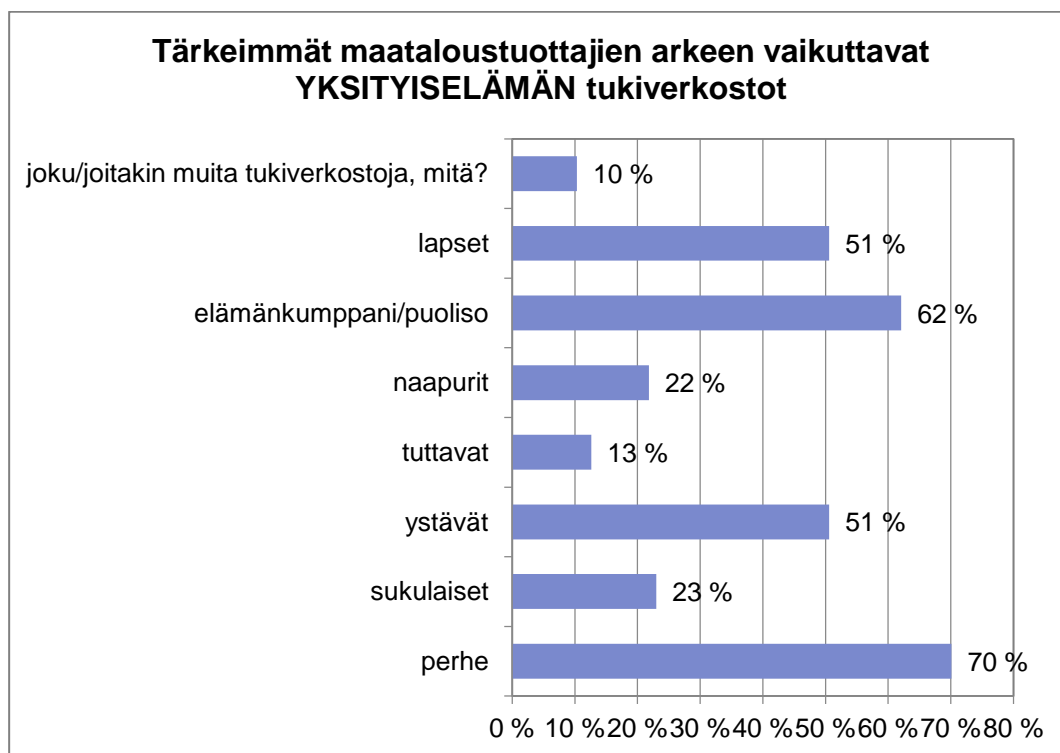


Taulukko 9 Jopa yli puolet (51 %) maataloustuottajista koki, että he jaksavat omassa työssään ja arjessaan vähemmän kuin aiemmin. Kymmenen prosenttia (10 %) vastaajista koki jaksavansa paremmin tai paljon paremmin kuin aiemmin.

5.2 Tärkeimmät tukiverkostot maataloustuottajan arjessa

Tärkeimpien tukiverkostojen määrittämiseksi maataloustuottajia pyydettiin valitsemaan ennalta annetuista vaihtoehtoista heidän mielestään tärkeimmät yksityiselämän ja ammatillisten yhteyksien kautta muodostuvat tukiverkostot. Valittavissa olevien vaihtoehtojen lisäksi maataloustuottajat saivat mainita myös muita tärkeiksi kokemiaan tukiverkostoja.

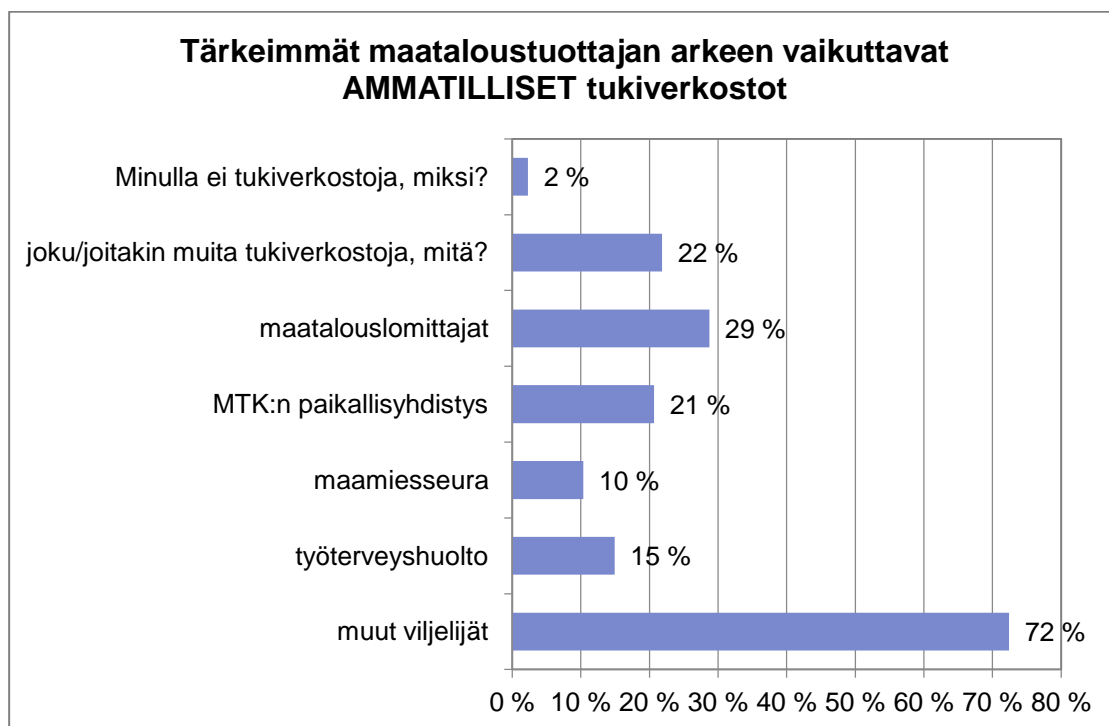
Maataloustuottajista 70 % valitsi tärkeäksi yksityiselämän tukiverkostoksi perheen ja 62 % puolison tai elämänkumppanin. Ystävät ja lapset olivat tärkeitä 51 %:lle vastaajista. Sukulaiset olivat tärkeää tukiverkostoa 23 %:lle vastaajista ja naapurit puolestaan 22 %:lle vastaajista. Kyselyyn vastanneista 13 % merkitsi yhdeksi tärkeimmäksi tukiverkostokseen tuttavat. Kymmenen prosenttia (10 %) vastaajista mainitsi tärkeitä tukiverkostoja myös annettujen vaihtoehtojen ulkopuolelta. Avoimissa vastauksissa mainittiin tärkeimmiksi tukiverkostoiksi muun muassa omat sisaret, harrastusten kautta tulevat ystävät, oma kyläyhteisö, opiskelutoverit ja sosiaalisen median kautta tulevat ystävät. Myös uskonnollinen yhteisö koettiin yksityiselämää kannattelevaksi tukiverkostoksi.



Taulukko 10 Maataloustuottajien mielestä (70 %) oma perhe on tärkein yksityiselämän tukiverkostoista. Myös elämäkumppanin/puolison, lasten ja ystävien merkitys korostui vastauksissa.

Kyselyyn vastanneista maataloustuottajista 72 % piti tärkeänä ammatillisena tukiverkostona muita viljelijöitä. Vastaajista 29 % mainitsi yhdeksi tärkeimmäksi ammatilliseksi tukiverkostoksi maatalouslomittajat. MTK:n paikallisyhdistyksen koki tärkeäksi tukiverkostoksi 21 % vastaajista, työterveyshuollon 15 % vastaajista ja maamiesseuran 10 % vastaajista.

Vastaajista kymmenesosa (10 %) mainitsi myös muita, merkittäviä ammatillisia tukiverkostoja; peltomaan vuokranantajat, maa- ja kotitalousnaiset, harjoittelijat, urheiluseura, sadonkorjaajat ja urakoitsijat, maataloussihteeri, teurastamohenkilökunta, oman meijerin maidontuottajat, seminologit, karjakerho ja maaseudun tukihenkilöverkko. Kahdella prosentilla (2 %) vastaajista ei ollut lainkaan olemassa olevaa kunnollista tukiverkosta. Tukiverkoston puute johtui muun muassa tilan syrjäisestä sijainnista ja siitä, että muiden ihmisten kohtaaminen arjessa oli satunnaista.



Taulukko 11 Tärkein maataloustuottajien arkeen vaikuttava ammatillinen tukiverkosto on muut viljelijät. 29 %:lle vastaajista maatalouslomittajat olivat tärkeää tukiverkosta.

5.2.1 Tukiverkostojen merkitys

Maataloustuottajia pyydettiin arvioimaan tärkeimmiksi kokemiensa tukiverkostojen merkitystä omassa arjessaan. Tarkoituksena oli selvittää, miksi juuri tietyt yksityiselämän ja ammatillisten yhteyksien kautta muodostuvat tukiverkostot ovat maataloustuottajille tärkeitä.

Avoimissa vastauksissa tukiverkostojen merkitys arvioitiin hyvin suureksi. Maataloustuottajien mukaan yksityiselämän tukiverkostot tarjoavat mahdollisuuden keskustella mieltä painavista asioista ja omasta jaksamisesta. Vastauksista ilmeni, että arjen ilot ja surut halutaan jakaa sellaisten ihmisten kanssa, joilta voidaan saada luottamuksellista tukea.

Ammatillisten tukiverkostojen merkitys korostuu muun muassa tehtäessä yhteistyötä muiden viljelijöiden kanssa. Maataloustuottajat kokevat saavansa arvokasta vertais-tukea muilta viljelijöiltä esimerkiksi ammattialaa koskevissa keskusteluissa, eri tilojen toimintatapoja vertaillen, konehankintoja miettiessä tai oman tilan toimintaa kehi-

tettäessä. Vastauksissa maatalouslomittajat saivat kiitosta siitä, että he mahdollistavat maataloustuottajille irtaantumisen tilan arjesta. Vastausten mukaan hyvät, ammatilliset tukiverkostot tukevat ammatin harjoittamista, tuovat uutta tietoa ja antavat mahdollisuuden keskustella omaa työtä koskevista asioista saman alan parissa toimivien ihmisten kanssa.

Maataloustuottajia pyydettiin kertomaan konkreettisia esimerkkejä siitä, millaista apua he ovat saaneet tärkeimmiltä tukiverkostoiltaan omassa arjessaan. Vastauksissa korostui, että maatilan töihin saatu käytännön apu koetaan tärkeäksi. Konerikkojen tapahtuessa arvostettiin lainaan saatua ehjää työkonetta, lainaksi saatuja tarvikkeita tai saatua apua koneiden korjaamiseen ja huoltoon.

Maataloustuottajille on vastausten mukaan tärkeää myös oman terveyden ylläpitäminen; terveyshuollosta saadaan neuvoja, hoitoa ja kuntoutusta tarpeen vaatiessa. Sairastapausten yhteydessä koettiin todella tärkeäksi, että apua päivittäisiin työtehtäviin on saatavilla muun muassa perheenjäseniltä tai maatalouslomittajilta.

Uupumista kohdanneet maataloustuottajat kertoivat arvostavansa sitä, että perhe ja läheiset antavat aikaa toipumiseen ja mahdollisuuden viettää myös omaa aikaa. Tukiverkostoilta saatu keskusteluapu ja myötätunto sekä tunne siitä, että joku kuuntelee, koettiin konkreettisiksi voimanlähteiksi omaan arkeen.

Tukiverkostojen apu on ollut erityisen merkityksellistä silloin, kun maataloustuottajaa itseään tai hänen läheistään on kohdannut vakava ja yllättävä sairastuminen. Maataloustuottajien mukaan elämän yllättävistä tilanteista huolimatta tilan arkea on pyöritettävä päivittäin, vaikka oma jaksaminen ei aina siihen riittäisi. Vastausten mukaan erityisesti masennuksen, väsymyksen ja uupumisen kohdatessa tukiverkostojen apu on ollut välttämätöntä.

Maataloustuottajaperheiden äidit kokevat, että erityisesti äitiysloman aikaan ja lasten ollessa pieniä ulkopuolisen tuen ja avun tarve korostuu. Toisaalta tukiverkostojen apu on merkittävää myös tavallisessa arjessa; kiireisten työhuippujen kuten sadonkorjuun aikaan, erilaisissa ongelmatilanteissa tai silloin, kun itsellä ei ole aikaa tehdä kaikkia tarvittavia töitä.

5.2.2 Millaista apua maataloustuottajat toivoisivat omaan arkeensa?

Aina asiat eivät ole niin onnellisesti, että tukiverkostoilta saataisiin juuri sitä apua, mille koetaan olevan tarvetta. Tämän vuoksi maataloustuottajia pyydettiin kertomaan, millaista apua he toivoisivat erityisesti saavansa omilta tukiverkostoiltaan. Maataloustuottajat toivoivat vastauksissaan, että saisivat mahdollisuuden irtaantua omasta arjestaan erilaisten virkistysmahdollisuuksien ja riittävien lomituspäivien avulla. Huolenaiheeksi koettiin, että maatalouslomitusta olisi tulevaisuudessa vaikeampi saada omalle tilalle.

Maataloustuottajat kokivat tarvitsevänsä myös entistä enemmän alaansa liittyvää neuvontaa ja apua muuttuvien tukisäädösten noudattamiseen. Lähipiiriltä toivottiin enemmän läsnäoloa sekä tukea ja ymmärrystä päätösten tekemiseen. Maataloustuottajat kokivat kaipaavansa arkeensa myös enemmän yhteisöllisyyttä ja yhteistyötä muun muassa naapurien kesken.

5.2.3 Tärkein maataloustuottajan arkeen vaikuttava tukiverkosto

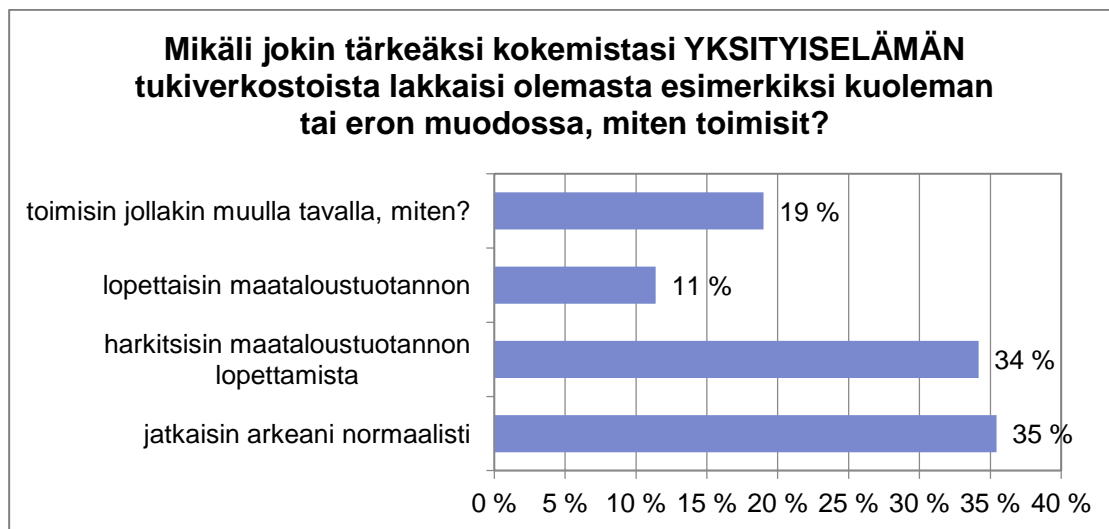
Maataloustuottajia pyydettiin arvioimaan, mikä olisi tärkein tukiverkosto, jonka puuttuminen vaikuttaisi omaan arkeen eniten. Saatujen vastausten mukaan perheen puuttuminen veisi pahimmillaan merkityksen ja motivaation maataloustuotannon harjoittamiselta. Maataloustuottajien mukaan perhe on läheisin tukiverkosto, jonka jäsenten kanssa voi vaihtaa ajatuksia ja olla päivittäin tekemisissä. Oman perheen koetaan olevan myös olennainen apu vastuun ja tilan töiden jaossa.

Myös oma puoliso ja lapset erottuivat vastauksista erikseen ja yhdessä. Puolison koetaan olevan tuki ja turva ja hyvän parisuhteen kaiken jaksamisen perusta. Lapsien kautta puolestaan luodaan uskoa tulevaisuuteen. Tärkeimmäksi arkeen vaikuttavaksi tukiverkostoksi mainittiin myös muut viljelijät, ystävät ja maatalouslomittajat.

5.2.4 Miten jonkin yksityiselämän tukiverkoston olemassa olon lakkaaminen vaikuttaa omaan toimintaan?

Maataloustuottajia pyydettiin arvioimaan, miten he toimisivat, jos jokin heille tärkeä yksityiselämän tukiverkosto lakkaisi olemasta esimerkiksi kuoleman tai eron muodossa. Vastaajista 35 % arveli jatkavansa omaa arkeaan normaalisti elämänmuutoksesta huolimatta. Lähes saman verran vastaajia, 34 %, harkitsisi maataloustuotannon lopettamista. 11 % vastaajista arvioi elämäntilanteen muutoksen johtavan maataloustuotannon lopettamiseen.

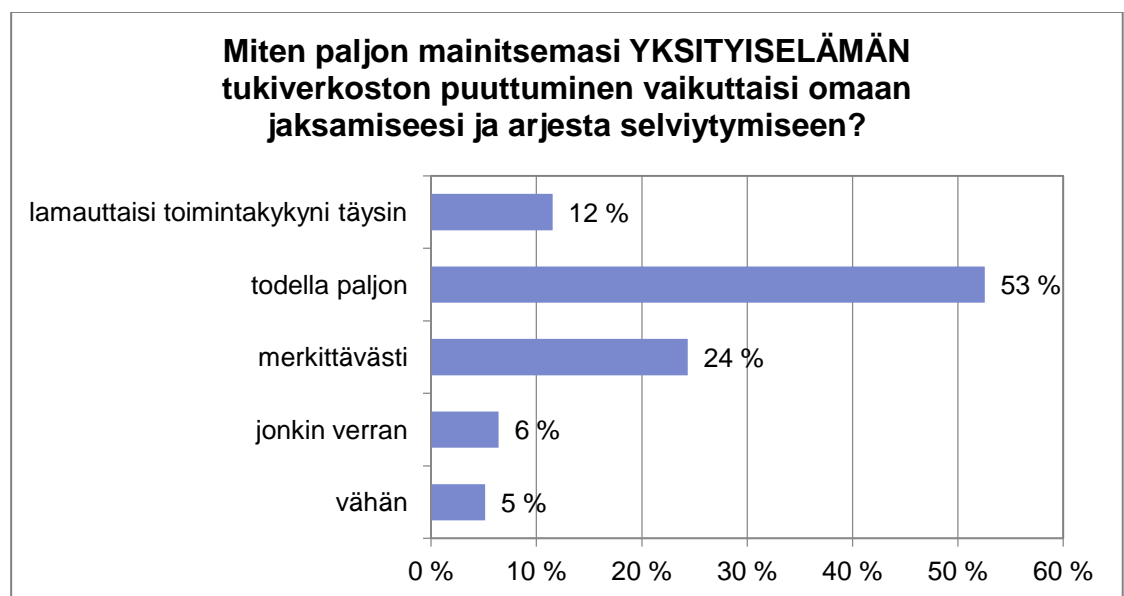
Maataloustuottajista 19 % uskoi löytävänsä jonkin muun toimintatavan muutoksesta selviytymiseen. Maataloustuotannon lopettamisen sijaan toiminnan supistamista pidettiin yhtenä vaihtoehtona. Myös tilan toiminnan ulkoistaminen, tuotantosuunnan muutos, karjanpidon lopettaminen ja tuen hakeminen tilan ulkopuolelta nousivat esiin vastausten joukosta. Osa tuottajista oli valmis siirtämään tilan vetovastuun nuoremmalle polvelle.



Taulukko 12 Yksityiselämän tukiverkoston olemassaolon lakkaaminen vaikuttaisi maataloustuottajien arkeen eri tavoin. Yli kolmasosa (35 %) jatkaisi arkeaan normaalisti ja lähes saman verran vastaajia (34 %) harkitsisi maataloustuotannon lopettamista.

Yksityiselämän tukiverkoston merkityksen vahvistamiseksi maataloustuottajia pyydettiin arvioimaan, miten paljon heidän tärkeimmäksi kokemansa tukiverkoston puuttuminen vaikuttaisi heidän omaan jaksamiseensa ja arjesta selviytymiseen. Tukiverkoston puuttumisella viitataan sen olemassaolon loppumiseen.

Maataloustuottajista 53 % arvioi, että tärkeän tukiverkoston puuttuminen vaikuttaisi arjesta selviytymiseen todella paljon. 24 % vastaajista koki, että vaikutus olisi merkittävä ja 12 % uskoi toimintakykynsä lamaautuvan täysin. Kuusi prosenttia (6 %) vastaajista arveli tukiverkoston puuttumisen vaikuttava omaan jaksamiseen ja arkeen jonkin verran, viisi prosenttia (5 %) vain vähän.



Taulukko 13 Maataloustuottajista 53 % arvioi, että tärkeimmän tukiverkoston puuttuminen vaikuttaisi todella paljon jaksamiseen ja arjesta selviytymiseen. 12 % vastaajista uskoi toimintakykynsä lamaautuvan täysin.

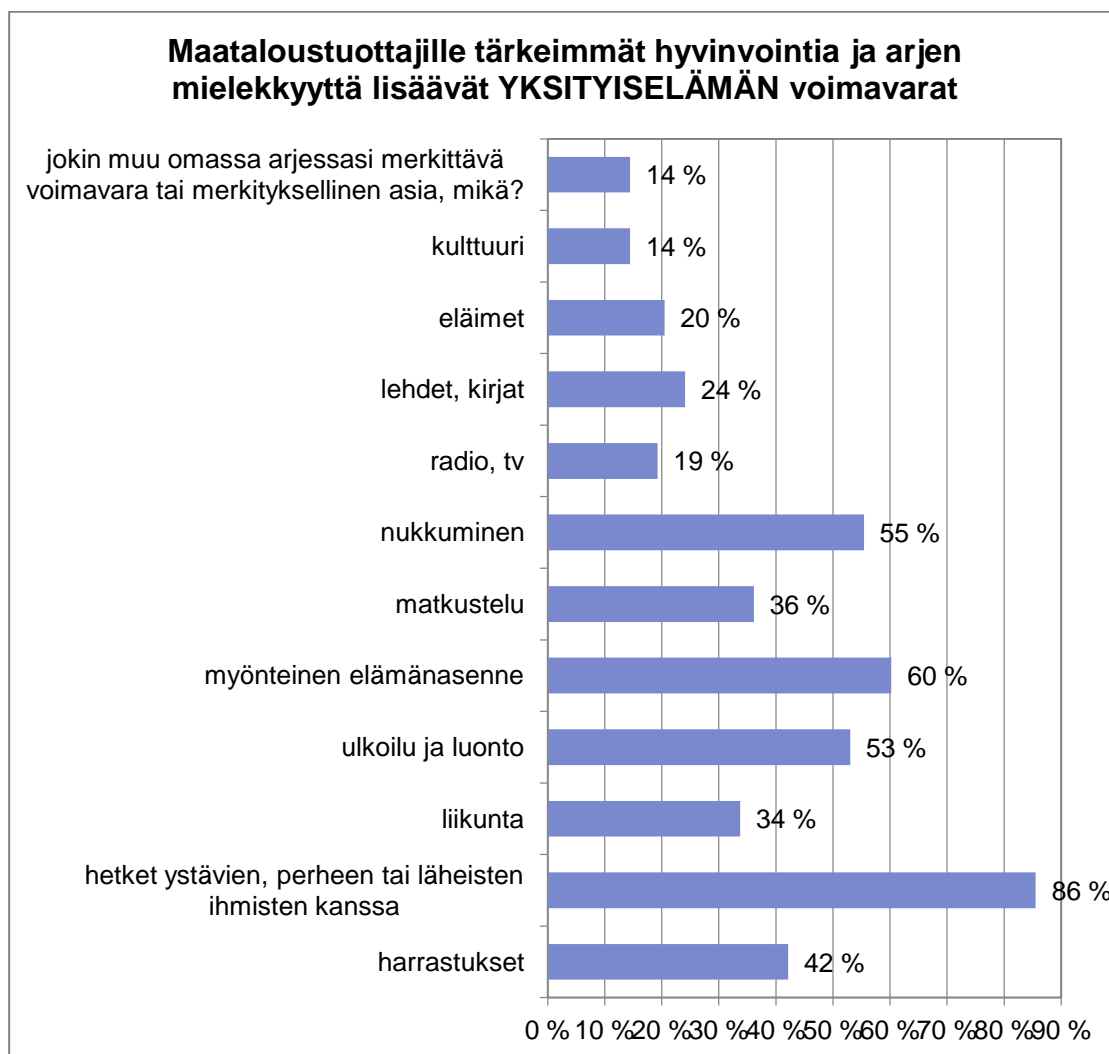
5.2.5 Millaisia muita tukiverkostoja maataloustuottajat toivoisivat elämäänsä?

Yksityiselämän ja ammatillisten yhteyksien kautta muodostuvien tukiverkostojen lisäksi maataloustuottajilla on tarvetta myös muunlaiselle tuelle. Tukea toivottiin erityisesti sosiaalihuollon ja terveyshuollon piiristä sekä mahdollisuutta saada apua ja neuvoja parisuhteessa ilmeneviin ongelmiin. Vastauksista ilmeni, että varsinkin terveyshuollolla on toisinaan puutteelliset tiedot ja käsitykset maataloustuottajien ar-

jesta, työn vaativuudesta ja siihen liittyvistä haasteista. Maaseudulle toivottiin myös tukijärjestelmää, josta saisi apua yllättävissä tilanteissa ja arkisissa ongelmissa. Myös aktiivisemmalle ja paikallisemmalle maatalousneuvonnalle katsottiin olevan tarvetta. Osa maataloustuottajista toivoi omaan arkeensa enemmän uusia ystävyys-suhteita ja kontakteja muihin viljelijöihin.

5.3 Tärkeimmät voimavarat maataloustuottajan arjessa

Tukiverkostojen lisäksi kyselytutkimuksessa kartoitettiin maataloustuottajille tärkeimpiä voimavaroja. Vastaajia pyydettiin valitsemaan ennalta annetuista vaihtoehdoista heidän omasta mielestään tärkeimmät yksityiselämän voimavarat. Vastaajista 86 % valitsi yksityiselämän tärkeäksi voimavaraksi hetken ystävien, perheen ja läheisten ihmisten kanssa. 60 % vastaajista piti myönteistä elämänasennetta yhtenä tärkeimpänä voimavarana. Maataloustuottajista 55 % mainitsi tärkeänä voimavarana nukkumisen, 53 % ulkoilun ja luonnon, 42 % harrastukset, 36 % matkustelun ja 34 % liikunnan. Lehdet ja kirjat olivat tärkeitä voimavaroja 24 %:lle tuottajista, eläimet 20 %:lle sekä radio ja tv 19 %:lle. Vastaajista 14 % piti kulttuuria tärkeänä voimavarana omassa arjessaan.

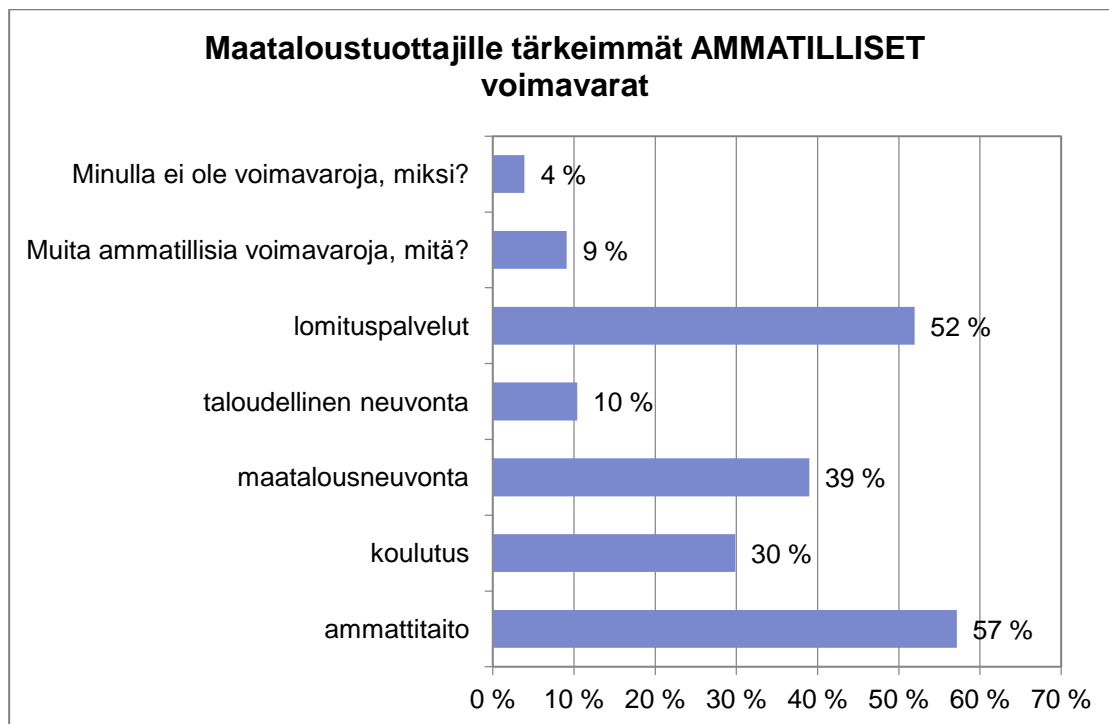


Taulukko 14 Maataloustuottajille tärkeimmät yksityiselämän voimavarat. Hetket ystävien, perheen ja läheisten ihmisten kanssa olivat tärkeitä 86 %:lle vastaajista.

Maataloustuottajilla oli mahdollisuus mainita myös omia, annettujen vaihtoehtojen ulkopuolisia voimavaroja. Vastaajista 14 % oli löytänyt arkeensa myös muita yksityiselämän voimavaroja, kuten marjastus, puutarhanhoito, sisustaminen, huonekalujen entisöinti, informaatiotulvasta vetäytyminen ja hiljentyminen, seurakuntatyö ja lasten varttumisen seuraaminen. Myös luonnossa työskenteleminen, kauniit maisemat ja arjen pienet asiat mainittiin vastauksissa.

Maataloustuottajista 57 % piti tärkeimpänä ammatillisena voimavarana omaa ammattitaitoa. Lomituspalvelut olivat tärkeitä 52 %:lle vastaajista ja maatalousneuvonta 39 %:lle vastaajista. Kolmasosa (30 %) maataloustuottajista piti koulutusta yhtenä

tärkeimpänä voimavarana. Kymmenen prosenttia (10 %) vastaajista arvosti taloudellista neuvontaa ammatillisena voimavarana.



Taulukko 15 Maataloustuottajille tärkeimpiä ammatillisia voimavaroja. 57 % vastaajista piti ammattitaitoa tärkeimpänä voimavarana.

Maataloustuottajista yhdeksän prosenttia (9 %) mainitsi myös muita ammatillisia voimavaroja, kuten huolto- ja kunnossapitotaidot, kone- ja maatalousnäyttelyt, virkistys- ja hyvinvointitapahtumat ja tilan ulkopuoliset palkkatyöt. Myös mielekäs työ itsessään, halu oppia uutta, halu kehittyä ja kehittää itseään, ammatilliset retket ja luennot sekä kielitaito koettiin tärkeiksi ammatillisiksi voimavaroiksi.

Vastaajista neljä prosenttia (4 %) oli tilanteessa, jossa heillä ei ollut riittäviä voimavaroja oman hyvinvoinnin ylläpitämiseen. Perusteluissa mainittiin, että maataloustyöt veivät niin paljon aikaa, että harrastamiselle tai muiden ihmisten tapaamisille ei riittänyt enää voimia.

5.3.1 Voimavarojen merkitys

Voimavarojen merkitystä maataloustuottajien arjessa arvioitiin avoimien vastauksien avulla. Yksityiselämän voimavarat mahdollistavat irtaantumisen arjesta, tuovat sisältöä ja energiaa elämään sekä antavat aikaa itselle tärkeisiin asioihin. Ne myös autta-

vat selviytymään ja jaksamaan arjessa. Läheisten ihmisten kanssa vietetty aika antaa mahdollisuuden purkaa omia tuntojaan ja murheitaan. Yksityiselämän voimavarat edistävät vastausten mukaan myös henkistä ja fyysistä hyvinvointia.

Omaa ammattitaitoa pidettiin merkittävänä, sillä se helpottaa töiden suorittamista ja suunnittelua sekä mahdollistaa työn ja päätösten tekemisen itsenäisesti. Lomituspalvelut voimavarana koettiin elinehdoksi, jotta voidaan järjestää riittävää lepoa ja taukoa arjen töiden lomaan. Neuvontapalveluiden merkitys puolestaan koettiin tärkeäksi sen vuoksi, että ne tarjoavat konkreettisia ohjeita parempien tuotantotulosten saavuttamiseen. Vastausten mukaan voimavarat kokonaisuudessaan helpottavat maataloustuottajien arkea ja tekevät sen mielekkäämmäksi.

Yksityiselämän ja ammatillisten yhteyksien tarjoamat voimavarat ovat olleet maataloustuottajille erityisen tärkeitä monissa eri tilanteissa. On kuitenkin huomattavissa, että erityisesti vaikeina aikoina voimavarat ovat olleet avuksi ja tueksi. Maataloustuottajien mukaan voimavaroja tarvitaan joka hetki, mutta erityisesti epäonnistumisia kohdatessa, taloudellisesti vaikeina aikoina ja sairauden kohdatessa niiden olemassaolo on erityisen tärkeää.

Vastausten mukaan erityisesti silloin, kun maataloustuottajan oma henkinen jaksaminen on lopussa, vaikeissa ja haastavissa tilanteissa, elämän kriisitilanteissa ja ihmisten välisissä ristiriitatilanteissa voimavaroihin turvautuminen on tärkeää. Maataloustuottajien mukaan voimavarat ovat kuitenkin vahvimmin läsnä tavallisessa arjessa jokaisena päivänä.

Maataloustuottajia pyydettiin arvioimaan, minkä yksityiselämän tai ammatillisten yhteyksien kautta tulevan voimavaran puuttuminen vaikuttaisi heidän arkeensa eniten. Vastauksista ilmeni, että hetket ystävien, perheen ja läheisten ihmisten kanssa koettiin arkea kannattelevimmaksi voimavaraksi. Myös oma hyvinvointi ja terveys koettiin voimavaroiksi, jotka erityisesti vaikuttavat omaan arkeen ja varsinkin jaksamiseen maataloustöissä. Muita tärkeitä, arkeen olennaisesti vaikuttavia voimavaroja olivat riittävä lepo, maatalousneuvonta, lomituspalvelut ja uskonnolliset voimavarat.

5.3.2 Millaista muuta tukea maataloustuottajat toivoisivat elämäänsä?

Riittävien voimavarojen lisäksi maataloustuottajat toivoisivat elämäänsä konkreettista apuvoimaa tilan töihin, jotta he voisivat silloin tällöin viettää oikeaa lomaa arjen askareista. Työvoimaa ei ole aina mahdollista palkata lisää, mutta silti toive pienistä, parin päivän irtiotosta on monen maataloustuottajan mielessä. Vastauksista ilmenee halukkuus ylimääräisen työvoiman palkkaamiseen, jos siihen vain olisi mahdollisuus.

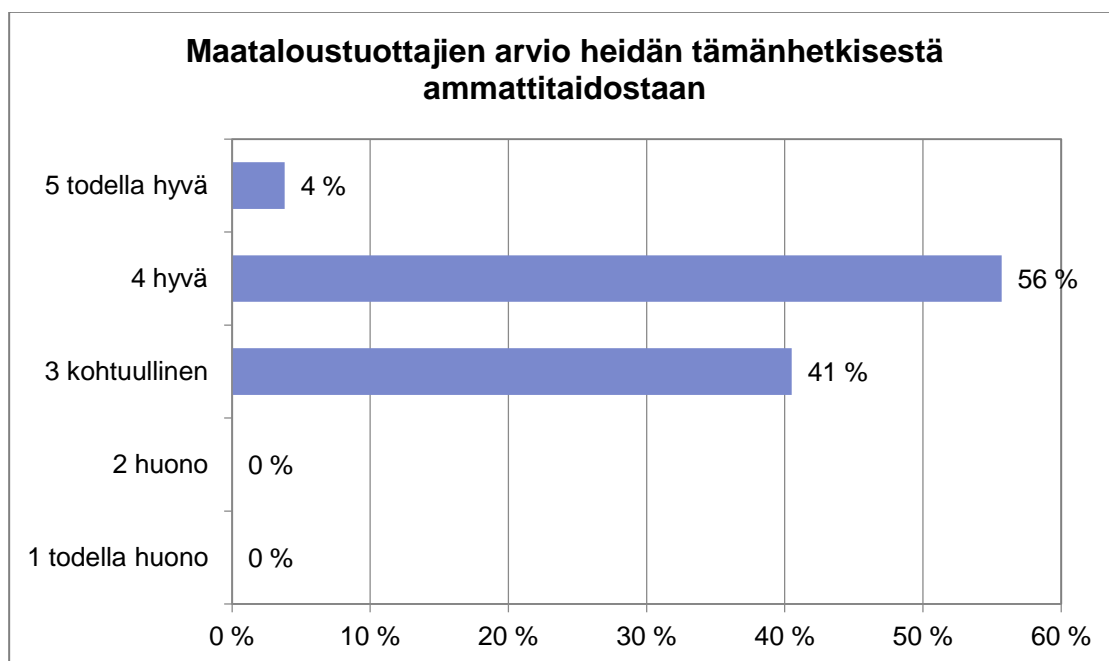
Maataloustuottajat toivoisivat myös enemmän arvostusta omaa ammattialaansa kohtaan, niin kuluttajilta kuin alan toimijoilta. Tuottajahintojen alhaisuuteen haluttaisiin muutosta. Myös maatalousneuvonnalle koettiin olevan enemmän tarvetta; apua kaivattiin erityisesti tukilomakkeiden täyttöön ja uusien tukiehtojen toteuttamiseen omalla tilalla. Maataloustuottajat toivoivat myös arkeensa talousneuvontaa vaikeiden aikojen tueksi ja toisaalta enemmän aikaa muiden ihmisten kanssa vietettäviin hetkiin.

5.4 Maataloustuottajien arvio heidän tämänhetkisen ammattitaitonsa ja ammattiylpeytensä tasosta

Maataloustuottajia pyydettiin arvioimaan, millä tasolla he kokevat oman ammattitaitonsa olevan kyselyhetkellä. Vastaajista 56 % arvioi oman ammattitaitonsa olevan hyvällä tasolla (taso 4) ja 41 % vastaajista kohtuullisella tasolla (taso 3). Neljä prosenttia (4 %) vastaajista arvioi tämänhetkisen ammattitaitonsa todella hyväksi (taso 5). Yksikään maataloustuottajista ei pitänyt omaa ammattitaitoaan huonona tai todella huonona (tasot 2 ja 1).

Maataloustuottajat saivat myös arvioida avoimessa vastauksessaan, miksi he kokevat ammattitaitonsa olevan kyseisellä, kokemallaan tasolla. Kohtuullista ammattitaidon tasoa perusteltiin muun muassa uudella tuotantosuunnalla, joka ei ollut vielä täysin asettunut uomiinsa. Myös aikaisempi kokemattomuus maatalousalalta ja iän mukanaan tuomat fyysiset rajoitteet heikensivät oman ammattitaidon tasoa. Vanhemmat maataloustuottajat kokevat jääneensä jälkeen kehityksestä. Tietomäärän ja muutosten hallitseminen koettiin haasteelliseksi ja niiden todettiin lisäävän kuormittavuutta ja stressiä. Hyvää ammattitaitoa perusteltiin muun muassa pitkällä kokemuksella maatalousalan töistä, monipuolisella osaamisella, onnistumisilla ja saaduilla tunnus-

tuksilla hyvästä työstä, halulla oppia uutta, hankitulla koulutuksella ja mielenkiinnolla omaa alaa kohtaan. Myös ongelmatilanteista selviäminen koettiin hyvän ammattitaidon merkiksi.



Taulukko 16 Maataloustuottajien arvio heidän tämänhetkisestä ammattitaidostaan. 56 % vastaajista piti ammattitaitoaan hyvällä tasolla.

Maataloustuottajia pyydettiin arvioimaan, miten ylpeitä he kokevat tällä hetkellä olevansa omasta työstään. Vastaajista 53 % tunsu paljon (taso 4) ylpeyttä omaa ammattialaansa kohtaan ja 33 % vastaajista puolestaan oli jonkin verran (taso 3) ylpeä omasta työstään. Yhdeksän prosenttia (9 %) vastaajista tunsu todella paljon (taso 5) ylpeyttä omaa alaansa kohtaan. Neljä prosenttia (4 %) vastaajista koki ammattiylpeyden olevan vähäistä (taso 2) ja prosentti (1 %) vastaajista ei tuntenut lainkaan (taso 1) ammatillista ylpeyttä.

Maataloustuottajat saivat kertoa avoimesti syitä arvioimansa ammattiylpeyden taustalle. Vastaajat itse kokivat, että maataloustuotanto on ammattialana tärkeä, mutta arvostuksen puute, kauppojen halpuutuskampanjat ja maataloustuotteiden alhainen hinta heikensivät halua olla ylpeä omasta ammatistaan. Samalla kuitenkin maataloustuottajat kokivat ylpeyttä siitä, että saivat tuottaa suomalaista, puhdasta ruokaa, lähellä luontoa ja kauniissa maalaisympäristössä. Ammattiylpeyden tasoa nosti myös se, että tuottajat näkivät eläinten voivan hyvin.



Taulukko 17 Maataloustuottajien kokemus oman ammattiylpeytensä tasosta. Yli puolet vastaajista tunsii ylpeyttä omaa ammattialaansa kohtaan, haasteista huolimatta.

5.4.1 Maataloustuottajien tavat ja mahdollisuudet hoitaa omia tukiverkostojaan ja voimavarojaan

Maataloustuottajat hoitavat omia tukiverkostojaan ja voimavarojaan monin eri tavoin. Aktiivinen osallistuminen eri tilaisuuksiin ja tapahtumiin, yhteisen vapaa-ajan järjestäminen ja yhteyksien pitäminen tärkeisiin ihmisiin nousivat tärkeimmiksi tavoiksi hoitaa omia tukiverkostoja ja voimavaroja. Vastauksissa todettiin myös, että ihmissuhteista on pidettävä huolta. Toisiaan verkostojen hoitamiseen on liian vähän aikaa tai vastuu niiden ylläpitämisestä on vastapuolen varassa. Osa maataloustuottajista koki, että vaikka aikaa olisi verkostojen ja voimavarojen hoitamiseen, jaksamista ei silti aina ole yhtä paljon. Myös arjesta irtaantuminen loman tai yhteisen ajanvieton merkeissä ja itselle mielekkäiden asioiden tekeminen koettiin hyväksi tavoiksi hoitaa omia voimavaroja.

Kyselytutkimuksen päätteeksi maataloustuottajia pyydettiin arvioimaan, onko heillä omasta mielestään aikaa ja voimia hoitaa omia tukiverkostojaan ja voimavarojaan. Vastaajista 61 % koki, että aikaa hoitamiseen on, kun puolestaan 39 % vastaajista oli sitä mieltä, että aikaa ei ole. Maataloustuottajia pyydettiin perustelemaan, mistä

ajan ja voimien puute johtuu. Vastauksista ilmeni, että tilan työmäärän kasvaessa aikaa ei vain yksinkertaisesti riitä kaikelle, vaikka halua ja mielenkiintoa olisikin. Työnteon koettiin vievän niin paljon aikaa ja voimia, että työpäivän jälkeen ei enää riittänyt jaksamista verkostojen hoitamiseen. Myös kiire ja taloudellinen epävarmuus vievät voimia omien verkostojen hoitamiselta.



Taulukko 18 Maataloustuottajien arvio siitä, onko heillä riittävästi aikaa ja voimia tukiverkostojen hoitamiseen. Enemmistö vastaajista (61 %) kokee, että verkostojen hoitamiseen jää aikaa.

5.5 Tutkimustulosten analyysi ja tulkinta

Tutkimuksessa saatujen tulosten mukaan maataloustuottajilla on käytettävissään hyvin monipuolisia tukiverkostoja ja voimavaroja. On nähtävissä, että perheen ja läheisten olemassaolo ja tuki ovat erityisen tärkeitä seikkoja maataloustuottajien arjessa. Myös yhteydet muihin viljelijöihin ja tarve vertaistukeen varsinkin vaikeina aikoina nousevat selvästi esiin.

Maatiloilla tehdään tänä päivänä isoja, vaativia ja taloudellisesti merkittäviä päätöksiä päivittäisessä arjessa. Juuri päätösten tekoon ja pohdintaan maataloustuottajat kaipaavat tukea tai edes mahdollisuutta keskustella vaihtoehtoista jonkun kanssa. Investointeihin tai tilan tuotantoon liittyviin päätöksiin kaivataan apua myös tilan ulkopuolelta; maataloustuottajat kokevat tarvitsevänsä ajantasaista neuvontaa, jotta he osaisivat tehdä juuri omalle tilalleen oikeita päätöksiä tai soveltaa uusia tukiehtoja käytäntöön.

Kyselytutkimuksen vastaajamäärä on verrattain melko suuri laadulliselle tutkimukselle, joissa usein keskitytään pienempien joukkojen tarkasteluun. Määrällisessä tutkimuksessa on puolestaan mahdollista saada tilastollista aineistoa satojen vastaajien joukosta. Tutkimuksessa tavoiteltiin uutta tietoa tutkittavan aiheen ympäriltä ja samalla sitä, että maataloustuottajien arkea voitaisiin ymmärtää paremmin. Laadullinen tutkimus on omiaan lisäämään ymmärrystä ja tiedon määrää (Kananen 2010, 133). Tutkimustulosten analysoinnissa on siis ehkä tarpeetonta painottaa määrällisten kysymysten liian voimakasta tilastollista arviointia, sillä määrällisellä otteella kerätty aineisto on hankittu pääasiallisesti helpottamaan vastaajajoukkojen vertailua. Mikäli kyselyyn vastanneita maataloustuottajia olisi ollut satoja, olisi tilastollisten analyysimenetelmien käyttö ollut perusteltua.

5.6 Tutkimustulosten analysointi ristiintaulukoinnin menetelmällä

Ristiintaulukoinnilla tarkoitetaan esimerkiksi kahden eri vastaajaryhmän vertailua (Kananen 2010, 107). Menetelmän tavoitteena on etsiä vastaajaryhmien väliltä eroavaisuuksia, jotta voidaan havaita, miten ne vaikuttavat vastausten muodostumiseen. Ristiintaulukoinnin avulla nostetaan esiin tutkimuksessa esiintyneiden eroavuuksien pääkohtia.

5.6.1 Eroavuudet miesten ja naisten vastauksissa

Kyselytutkimukseen vastanneista maataloustuottajamiehistä 50 % oli viljan- tai kasvinviljelijöitä, kun puolestaan maataloustuottajanaisista 37 % edusti tuotantosuuntaan lypsykarjataloutta. Miehistä 61 % oli harjoittanut maataloutta 30 vuotta tai kauemmin ja naisista 38 % 20–30 vuoden ajan. Maataloustuottajanaisista selvä enemmistö, 35 %, arveli jatkavansa maataloustuotannon parissa työskentelyä seuraavat 10–15 vuotta. Maataloustuottajamiesten kohdalla vastaava arvio jakautui tasaisesti kahden vaihtoehdon välille; 26 % vastaajista arvioi jatkavansa maatalouden parissa 1–5 vuotta ja saman verran vastaajia (26 %) 10–15 vuotta. Maataloustuottajamiesten arvio jatkumahdollisuuksien suhteen on näin ollen naistuottajia hiukan varovaisempi.

Omasta työstä ja siihen liittyvästä arjesta koki selviytyvänsä huonosti 10 % naisvastaajista, miesten vastaavan luvun ollessa vain kaksi prosenttia (2 %). 56 % naisvastaajista koki selviytyvänsä omasta arjestaan kohtalaisesti, miesvastaajien luvun ollessa hieman pienempi, 48 %. Maataloustuottajamiehet kokivat selviytyvänsä omasta arjestaan hyvin 48 %:n arvion mukaan, naistuottajien vastaavan luvun ollessa 33 %. Maataloustuottajanaiset kokivat siis selviytyvänsä omasta työstään ja siihen liittyvästä arjestaan hiukan huonommin kuin maataloustuottajamiehet.

Myös työn ja arjen suhteen viimeisen vuoden aikana tapahtunut muutos näkyi hiukan voimakkaammin naisten kuin miesten vastauksissa. Kolme prosenttia (3 %) naisvastaajista koki, ettei jaksanut omassa arjessaan enää laisinkaan, miesten vastaavan prosentin ollessa nolla (0 %). Naistuottajista 58 % koki jaksavansa arjessaan vähemmän kuin aiemmin, miesten vastaavan osuuden ollessa 46 %. Miestuottajista 7 % koki jaksavansa paljon paremmin kuin aiemmin, kun puolestaan samaa mieltä oli vain 3 % naisvastaajista.

5.6.2 Tukiverkostoissa havaittavat erot miesten ja naisten välillä

Yksityiselämän tukiverkostoista yhdeksi tärkeimmäksi maataloustuottajanaiset kokivat oman puolison 81 %:n vastausosuudella. Maataloustuottajamiesten vastauksissa puolison merkitys oli huomattavasti pienempi, vain 46 %. Miesvastaajista valtaosa, 70 %, piti perhettä yhtenä tärkeimpänä tukiverkostonä. Naisvastaajilla vastaava luku oli 71 %. Muina tärkeinä tukiverkostoina naiset pitivät lapsia, ystäviä ja sukulaisia. Miesten vastauksissa erottuivat myös lapset ja ystävät, mutta myös naapurien merkitys nousi esiin tukiverkostoja arvioitaessa.

Ammatillisten yhteyksien puolelta tulevista tukiverkostoista tärkeimmäksi nousivat muut viljelijät; miehistä 80 % ja naisista 63 % merkitsi viljelijätuttavat omista vastauksissaan. Maatalouslomittajat olivat tärkeitä tukiverkostoja 34 %:lle naisista ja 24 %:lle miehistä. MTK:n paikallisyhdistys oli tärkeämpi nais- kuin miestuottajille. Oli myös huomattavaa, että naisvastaajista 34 %:lla oli olemassa myös muita ammatillisia tukiverkostoja, miesten vastaavan luvun ollessa vain 11 %. Miesvastaajista 4 % ilmoitti, että heillä ei ollut lainkaan ammatillisia tukiverkostoja, naisten vastaavan luvun ollessa nolla prosenttia (0 %).

Avoimissa kysymyksissä eroavuuksia oli havaittavissa muun muassa selvitettäessä tärkeintä tukiverkostoa, jonka puuttuminen vaikuttaisi arkeen eniten. Maataloustuottajanaista jokainen mainitsi vastauksessaan puolison, kun puolestaan maataloustuottajamiehille perheen puuttuminen olisi suurin arkeen vaikuttava asia. Mikäli jokin yksityiselämän tärkeistä tukiverkostoista lakkaisi olemasta, naisvastaajista 20 % olisi valmis lopettamaan maataloustuotannon, miesten vastaavan luvun ollessa 3 %. Maataloustuottajamiehistä 54 % jatkaisi arkeaan normaalisti menetyksestä huolimatta, kun naistuottajista vain 18 % olisi valmis jatkamaan omaa arkeaan kuten ennenkin. Vastauksista kuitenkin ilmeni, että lähes sama määrä mies- ja naisvastaajia harkitsisi maataloustuotannon lopettamista; miehistä 31 % ja naisista 38 %.

Yksityiselämän tukiverkoston puuttuminen vaikuttaisi jaksamiseen ja arjesta selviytymiseen naisvastaajien kohdalla todella paljon; 65 % naisista ja puolestaan 40 % miehistä koki vaikutuksen voimakkaaksi. 18 % naisvastaajista arveli toimintakykynsä lamaautuvan täysin, miesten vastaavan luvun ollessa vain 5 %. Vastauksista on huomattavissa, että naiset saattavat kokea elämässä tapahtuvat muutokset voimakkaammin ja vaikutukset heidän arjessaan ovat mahdollisesti suurempia kuin miesten kohdalla.

5.6.3 Voimavaroissa havaittavat erot miesten ja naisten välillä

Yksityiselämän tärkeimpiä voimavaroja arvioitaessa sekä miehet että naiset kokivat hetket perheen, läheisten ja ystävien kanssa tärkeäksi; miehistä 81 % ja naisista 90 % oli kyseistä mieltä. Myönteinen elämänasenne oli tärkeä voimavara molempien vastaajaryhmien kohdalla; 51 % miehistä ja 70 % naisista koki myönteisyyden merkittäväksi. Lähes saman verran mies- ja naisvastaajia, 42–43 % piti harrastuksia tärkeänä voimavarana. Yleisesti ottaen naiset valitsivat enemmän yksityiselämän tärkeitä voimavaroja kuin miehet. Muun muassa liikunta, ulkoilu ja luonto, eläimet ja kulttuuri olivat selvästi tärkeämpiä voimavaroja naisille kuin miehille.

Ammatillisia voimavaroja arvioitaessa miehistä 77 % piti ammattitaitoa tärkeänä, naisten vastaavan luvun ollessa huomattavasti pienempi, 37 %. Lomituspalvelut olivat tärkeitä 63 %:lle naisvastaajista ja 41 %:lle miehistä. Koulutuksen merkitys oli molemmille vastaajaryhmille lähes yhtä suuri; 28 %:lle miehistä ja 32 %:lle naisista.

Huomattavaa oli, että naiset pitivät maatalous- ja taloudellista neuvontaa selvästi tärkeämpänä voimavarana kuin miehet.

Ammattitaitonsa tasoa arvioidessaan lähes saman verran mies- ja naisvastaajia piti omaa ammattitaitoaan hyvänä. Miehistä 57 % ja naisista 54 % oli kyseistä mieltä. 46 % naisvastaajista piti ammattitaitonsa tasoa kohtuullisena, miesten vastaavan luvun ollessa 36 %. Huomattavaa oli, että miehistä 7 % piti ammattitaitonsa tasoa todella hyvänä, naisten vastaavan prosentin ollessa nolla (0 %). Miesten usko omaan ammattitaitoonsa oli siis hiukan vankemmalla pohjalla.

Ammattilylpeyttä arvioitaessa miesten ja naisten välillä ei ollut havaittavissa huomattavia eroja. Naisista 56 % ja miehistä 50 % tunsu paljon ylpeyttä omaa ammattiaan kohtaan. Noin kolmasosa molemmista vastaajaryhmistä (31–35 %) tunsu jonkin verran ylpeyttä omaa työtään kohtaan. Kymmenisen prosenttia (8–10 %) molemmista vastaajaryhmistä arvioi olevansa todella ylpeitä omasta ammatistaan. Ainoastaan 3 % miehistä ei tuntenut lainkaan ylpeyttä omaa työtään kohtaan, naisten vastaavan prosentin ollessa nolla (0 %).

Omien verkostojen ja voimavarojen hoitamiseen oli aikaa 55 %:lla maataloustuottajanaistista ja 66 %:lla maataloustuottajamiehistä. Vastaavasti 45 % naisista koki, että heillä ei ollut aikaa verkostojen ja voimavarojen hoitamiseen, miesten vastaavan luvun ollessa pienempi, 34 %. Vastauksista on tulkittavissa, että miesten kyky ja mahdollisuudet hoitaa omia verkostojaan ja voimavarojaan ovat hiukan paremmat kuin naisilla.

5.7 Tutkimustulosten analysointi vastaajaryhmien välillä

Kyselytutkimukseen osallistuneet maataloustuottajat ovat jaoteltavissa ryhmiin muun muassa iän ja tuotantosuunnan perusteella. Tulosten analyysin syventämiseksi kaikkia vastaajaryhmiä vertaillaan samanaikaisesti mahdollisten eroavuuksien toteamiseksi. Koska kyselyn aineisto on laaja, nostetaan vastaajaryhmien välillä huoma- tuista eroavaisuuksista esiin vain pääkohtia.

5.7.1 Eroavuudet vastauksissa ikäryhmien välillä

Vastaajaryhmiä vertailtaessa oli huomattavaa, että 29 % 30–40-vuotiaista maataloustuottajista oli yksinäisiä maataloustuottajia. Lähes vastaavansuuruinen osuus, 33 %, oli ikäryhmässä 71–80-vuotiaat. Omasta työstä ja arjesta selviytyminen sujui hyvin 67 %:lla 18–29 vuotiaista vastaajista. Kuluneen vuoden aikana tapahtunut muutos työssä ja arjessa jaksamisen suhteen oli voimakkainta ikäryhmässä 61–70-vuotiaat. Yksityiselämän tukiverkostoista perhe oli tärkeä vain 33 %:lle ikäryhmän 71–80-vuotiaille tuottajille. Myös muiden viljelijöiden merkitys ammatillisena tukiverkostona oli kyseiselle ikäryhmälle kaikkein vähäisintä verrattuna muihin vastaajaryhmiin. Ammattiylpeyden tasoa arvioitaessa nuorin ikäryhmä 18–29-vuotiaat ja vanhin ikäryhmä, 71–80-vuotiaat kokivat selvästi eniten ylpeyttä omasta työtään kohtaan. Omien verkostojen ja voimavarojen hoitoon oli vähiten käytettävissä aikaa 41–50-vuotiaiden vastaajien keskuudessa; heistä 56 % koki, että aikaa verkostojen hoitoon ei ollut.

5.7.2 Eroavuudet parisuhdetilanteiden välillä

Parisuhteessa oleminen ja toisaalta myös yksinäisyys voivat vaikuttaa annettuihin vastauksiin. Yksinäisiä maataloustuottajia oli 63 % miehistä ja 38 % naisista. Yksinäisistä tuottajista 75 % oli viljan- tai kasvinviljelijöitä. Omasta työstä ja arjesta selviytyminen oli haastavampaa yksinäisille maataloustuottajille kuin heille, jotka olivat avioliitossa; yksinäisistä tuottajista 14 % koki selviävänsä arjestaan huonosti, vastaavan luvun ollessa 3 % avioliitossa olevien tuottajien keskuudessa. Tulosta pehmentänee se, että molemmat vastaajaryhmät kuitenkin selvisivät arjestaan pääosin hyvin. Toisaalta 14 % yksinäisistä maataloustuottajista koki, että kuluneen vuoden aikana oli tapahtunut voimakas muutos omissa jaksamisessa; he eivät jaksaneet omaa arkeaan enää laisinkaan tai vähemmän kuin aiemmin (57 %).

Kaikille yksinäisille maataloustuottajille ystävät olivat tärkeintä tukiverkostoa. Parisuhteessa, avo- tai avioliitossa eläville maataloustuottajille tärkeintä olivat oma puoliso ja perhe. Heille tärkeän yksityiselämän tukiverkoston olemassaolon lakkaaminen vaikuttaisi arkeen myös huomattavasti enemmän kuin yksinäisellä maataloustuottajalla. Yksityiselämän voimavarojen suhteen hetket perheen, ystävien ja läheisten ihmisten kanssa olivat tärkeämpiä sitoutuneille kuin yksinäisille tuottajille. Tulok-

sisä oli kuitenkin huomattavissa, että 80 %:lla yksinäisistä maataloustuottajista oli aikaa omien verkostojen ja voimavarojen hoitamiseen, sitoutuneiden tuottajien vastaavan luvun ollessa 50–60 %.

5.7.3 Eroavuudet tuotantosuuntien välillä

Eri maatalouden tuotantosuunnat voivat kuormittaa maataloustuottajia eri tavoin. Vastaajaryhmien vertailu tuotantosuuntien perusteella saattaa nostaa esiin eroavaisuuksia eri vastausvaihtoehtojen välillä.

Naudanlihantuottajista 75 % arvioi jatkavansa maatalouden harjoittamista 1-5 vuotta. Lypsykarjatilallisista 33 %, sikatalouden edustajista 50 % ja lammastuottajista 50 % arvioi jatkavansa maatalouden parissa seuraavat 10–15 vuotta. Viljan- ja kasvinviljelijöistä 31 % uskoi jatkavansa tuotantoa 5-10 vuotta. Arjessa ja omassa työssä jaksaminen oli muuttunut voimakkaimmin naudanlihantuottajilla, joista 75 % kertoi jaksavansa vähemmän kuin aiemmin. Myös 70 % sikatalouden edustajista asettui samalle kannalle.

Työn kautta tulevista tukiverkostoista muut viljelijät olivat tärkeimpiä lammastuottajille (100 %) sekä viljan- ja kasvinviljelijöille (86 %). Yksityiselämän tukiverkoston olemassaolon lakkaaminen vaikuttaisi eniten naudanlihan tuottajiin; 67 % harkitsisi maataloustuotannon lopettamista. Tärkeän tukiverkoston puuttuminen vaikuttaisi todella paljon lypsykarjataloutta harjoittavien tuottajien arkeen; vastaajista 67 % oli kyseistä mieltä. Sikataloutta harjoittavista kolmasosa (33 %) kokee, että tukiverkoston puuttuminen lamauttaisi toimintakyvyn täysin.

Ammatillista voimavaroista taloudellista neuvontaa koki tarvitsevänsä 16 % viljan- ja kasvinviljelijöistä ja lomituspalveluja kaikki (100 %) lypsykarjataloutta harjoittavat. Ammattitaidon tasoa arvioitaessa oli huomattavissa, että 75 % lypsykarjataloutta harjoittavista ja 70 % sikatalouden tuottajista piti ammattitaitoaan hyvänä. Ylpeyttä omasta ammatistaan kokivat eniten lypsykarjataloutta harjoittavat tuottajat (58 %) ja kaikki (100 %) lammastaloutta harjoittavat tuottajat. Omia verkostojaan ja voimavarojaan ehtivät hoitamaan eniten naudanlihantuottajat (100 %) ja vähiten sikataloutta harjoittavat; 80 % vastaajista ei kokenut, että heillä olisi aikaa ja voimia verkostojen ja voimavarojen hoitamiseen.

5.8 Tutkimuksen luotettavuus

Tutkimuksen luotettavuutta mitataan tutkimustyössä käytetyillä tiedonkeruu- ja analyysimenetelmillä. Tutkimusmenetelmiä on käytettävä tarkoituksenmukaisesti ja oikealla tavalla, jotta voidaan varmistua tutkimuksen tieteellisyydestä ja luotettavuudesta. (Kananen 2010, 144.)

Tutkimuksessa on käytetty tiedonkeruumenetelminä määrällistä ja laadullista tutkimusta. Tutkimuksen tuloksia analysoitiin muun muassa ristiintaulukoimalla saatuja vastauksia kahden eri vastaajaryhmän välillä ja etsimällä eroavaisuuksia useiden vastaajaryhmien, kuten iän, tuotantosuuntien ja parisuhdetilanteiden välillä. Keskeisimmät, määrällistä tutkimustietoa antavat tulokset käytiin lävitse kuvaajien ja jakaumien avulla. Laadullisten tutkimuskysymysten avulla nostettiin esiin syvällisempää tietoa saaduista vastauksista. Olennaista on tulkita, mitkä vastausvaihtoehdot saivat määrällisesti eniten kannatusta ja toisaalta, millaista uutta tietoa saatiin kerättyä avoimien kysymysten avulla.

Tutkimuksen tulokset dokumentoitiin Webropol-ohjelmiston avulla sähköiseen muotoon samanaikaisesti, kuin vastaajat olivat ne paperille merkinneet tai kirjoittaneet. Tiedonkeruumenetelmänä käytettiin kyselytutkimusta, sillä tutkimuksessa haluttiin kohdentaa kysely juuri tietyille ammattiryhmälle ja varmistua siitä, että juuri he vastaavat tehtyyn kyselyyn. Sähköinen dokumentointi mahdollisti tulosten vertailun ja tuloksista suoraan tehtyjen raporttien koostamisen apuohjelman avulla.

Tutkimuksen luotettavuutta mittaa myös tutkittavan aineiston riittävä määrä (Kananen 2010, 144). Tukiverkostojen ja voimavarojen merkitys maataloustuottajan arjessa – kyselytutkimukseen osallistui 87 maataloustuottajaa. Pääosin laadullisessa tutkimuksessa vastausten määrä on riittävä johtopäätösten tekemiseen. Tutkittavaa aineistoa kertyi runsaasti ja ennalta laadittuihin tutkimuskysymyksiin saatiin vastaukset kerätyistä aineistosta. Saadut vastaukset kuvaavat maataloustuottajien juuri senhetkisiä ajatuksia ja tämä on otettu huomioon tuloksia tulkittaessa. Tutkimustulosten selkeyttämiseksi määrällisistä tutkimuskysymyksistä on luotu kuvaajat suoraan aineiston pohjalta todistamaan saatuja tutkimustuloksia.

5.9 Oma arvio tutkimuksen onnistumisesta

Oman arvioni mukaan tutkimus onnistui odotettua paremmin. Runsas määrä maataloustuottajia käytti aikaansa kyselyyn vastaamiseen ja kiitettävän suuri osa vastaajista maltoi miettiä vastauksia myös avoimiin, ehkä hiukan haastavampiin kysymyksiin. Ikaalisissa järjestettyyn Hyvinvointipäivään osallistuneista maataloustuottajista yli puolet osallistui opinnäytetyökyselyn tekemiseen, mikä osoittaa, että tutkimuksen aihepiiri kiinnostaa mahdollisesti myös tuottajia itseään.

Tutkimuksen tavoitteena oli saada maataloustuottajien omaa ääntä ja ajatuksia kuuluviin sekä antaa saaduilla tuloksilla eväitä myös julkiseen keskusteluun. Tehty tutkimus tukiverkoston ja voimavarojen merkityksestä maataloustuottajan arjessa on vain yksi näkökulma ja katsaus viljelijöiden arkeen ja tähänhetkisiin ajatuksiin. Maataloustuottajien ja heidän ammattialansa arvostusta lisätäksemme on tarpeen tehdä uusia, syvällisempiä tutkimuksia ja valotettava vielä enemmän maataloustuottajien arkea tavallisten kuluttajien tietoisuuteen.

Pidän tehtyä tutkimusta ensimmäisenä askeleena kohti maataloustuottajan nykyisen arjen ymmärtämistä. Millaisia haasteita arki pitää sisällään ja mitkä tekijät sitä kantattelevat ja millaisin keinoin tuottajien arjen haasteita voitaisiin vähentää? Saadusta tuloksista on nähtävissä tuen, ymmärryksen ja konkreettisen avun tarve. Voidaksemme auttaa oikealla tavalla suomalaisia maataloustuottajia meidän on ensin ymmärrettävä heidän arkeaan. Olen iloinen, että olen saanut tehdä tämän tutkimuksen ja tuoda tiettäväksi sen synnyttämät tutkimustulokset.

6 Pohdinta

Tällä hetkellä ei ole olemassa yleispäteviä keinoja ja ohjeita, joiden avulla voitaisiin auttaa kaikkia oman jaksamisen ja arjen haasteiden kanssa kamppailevia maataloustuottajia. Kukin maataloustuottaja on omanlaisensa, maatilat töineen erilaisia ja avuntarpeet ovat yksilöllisiä. Tämän päivän maataloustuotannon haasteet, kuten tuottajahintojen alhaisuus, kauppojen halpuutuskampanjat ja ammattialan arvostuksen puute, eivät varmaankaan tule vähenemään tulevana vuosina. On mahdollista, että haasteet vain lisääntyvät ja tiloilla on vastattava entistä nopeammin alalla tapahtuviin muutoksiin. Tällöin on oltava itselle merkityksellisiä voimavaroja ja riittävän vahvoja henkilökohtaisia tukiverkostoja, joiden avulla haasteista selvitään.

Maataloustuottajien hyvinvoinnin ja työssä jaksamisen edistämiseksi on käynnistetty hyviä hankkeita, joista viimeisimpänä Varavoimaa Farmarille – hanke, joka on jalkautunut jo usean eri maakunnan alueelle. Tuottajien avun tarve on tiedostettu ja uusia hyvinvointihankkeita käynnistellään kaiken aikaa. Viljelijöiden tulee saada apua ympäri Suomen ja juuri silloin, kun avuntarve on ilmeinen. Tuottajajärjestöjen, lomitushallinnon ja päättäjien tulisi yhdessä edistää sellaista järjestelmää, jossa apua saataisiin tilalle juuri silloin, kun sille on tarvetta. On sitten kysymys keskusteluavusta, ristiiriitojen selvittelystä, tukipolitiikkaan liittyvästä avusta tai käytännön avusta maatilan töissä.

On mahdollista, että jaksamisen rajoilla kamppailevilla maataloustuottajilla ei ole riittävästi voimia hakea apua tilan ulkopuolelta tai osallistua työssä jaksamista edistäviin virkistyspäiviin. Toisaalta voi olla myös niin, että maataloustuottaja ei koe saavansa riittävää ja aitoa hyötyä virkistyspäivistä ja avuntarvetta voi olla myös vaikea myöntää, jopa itselleen. On löydettävä keinoja, joiden avulla voidaan kartoittaa myös niitä maataloustuottajia, jotka ovat yksin tietoisia omista jaksamisongelmistaan. Toisaalta on myös kannustettava maataloustuottajien kanssa yhteistyötä tekeviä tahoja puuttumaan havaitsemiinsa jaksamisongelmiin. Varhaisella puuttumisella ja avulla voidaan mahdollisesti ehkäistä tilan toiminnan lamaantumisen, taloudellisten vaikeuksien kasaantuminen ja taata sekä tuotantoeläinten että maataloustuottajan itsensä riittävä hyvinvointi.

Maataloustuottajien todellisen arjen ja sen haasteiden ymmärtämisessä on kyse myös siitä, että arvostamme omaa, suomalaista maataloustuotantoa ja pidämme tärkeänä sen jatkuvuutta. Mikään ulkomailla tuotettu maataloustuote ei korvaa puhdasta, laadukasta ja antibioottivapaata suomalaista maataloustuotetta. Oman, kestävän ja arvostetun maataloustuotannon tulisi olla kunnia-asia kaikille suomalaisille. Kyseiseen ihanteeseen koskaan tuskin päästään, mutta ajatus on silti tavoittelemisen arvoinen.

Maataloustuottajien omalla suhtautumisella ja positiivisella elämänasenteella on myös suuri merkitys arjesta selviytymiseen. Itselle riittävät ja oikeanlaiset voimavarat ja henkilökohtaiset tukiverkostot voivat siivittää vaikeidenkin aikojen ylitse. Vähintä mitä työssä jaksamiseen ja arjen mielekkäänä kokemisen eteen voitaisiin tehdä, on auttaa maataloustuottajia löytämään omat keinonsa ja voimavaransa arjesta selviytymiseen. Myös kuluttajien ja alan parissa työskentelevien toimijoiden suhtautumisella on oma merkityksensä maataloustuottajien jaksamiseen ja ammattiympäristön kokemiseen.

Kohderyhmään valikoituneet maataloustuottajat kamppailevat arjessaan samankaltaisten jaksamisongelmien ja arjen haasteiden parissa, kuten monet muutkin ihmiset, ammattialasta riippumatta. Maataloustuottajien kohdalla korostuu perheen, läheisten ihmisten ja puolison merkitys omassa arjessa. Läheisiltä ihmisiltä kaivataan tukea ja ymmärrystä ja luotettavaa keskusteluyhteyttä.

Muiden viljelijöiden vertaistuen merkitys oli tutkimuksen tuloksissa yllättävän korkealla tasolla. Erityisesti kotieläintiloilla on nähtävissä huoli riittävän maatalouslomituksen saatavuudesta. Maataloustuottajat toivovat saavansa hengähdystauon tilan arjen askareisiin ja ajantasaisia neuvoja talouden hallintaan. Maatalousneuvonnan merkitys korostuu, kun tiloilla suunnitellaan uusia investointeja tai etsitään keinoja tuotannon toiminnan parantamiseksi. Maataloustuottajat tarvitsevat tulevaisuudessa entistä enemmän tukea, apua ja ulkopuolelta tulevaa arvostusta voidakseen harjoittaa maataloustuotantoa haasteista huolimatta.

Lähteet

Jabe, M. 2010. Voitko hyvin työssäsi? Opas alaiselle ja esimiehelle. Vantaa: Hansa-print, Yrityskirjat Oy.

Kananen, J. 2010. Opinnäytetyön kirjoittamisen käytännön opas. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja – sarja. Tampereen Yliopistopaino Oy: Juvenes Print.

Lensu, H. 2016. Jos viljelijä uupuu, apuun kannattaa pyytää Varavoima-Lamminen. Viitattu 9.11.2016. <http://www.maaseuduntulevaisuus.fi/maatalous/jos-viljelij%C3%A4-uupuu-apuun-kannattaa-kutsua-varavoima-lamminen-1.167506>

Leskinen, J. n.d. Auttajan avuksi. Opas vaikeuksissa olevien maatalousyrittäjien kohtaamiseen. Maatalousyrittäjien eläkelaitoksen Melan julkaisu.

Maaseudun tukihenkilöverkon toiminnan esittely. Viitattu 13.11.2016. <http://www.tukihenkilo.fi/fi/Etusivu/>

Markham, U. 1997. Irti stressistä. Opas naisille. Hämeenlinna: Karisto Oy. Englanninkielinen alkuteos The Ultimate Stress Handbook for Women. Suomentanut Tytti Träff.

Masennuksen oireet muuttavat tunnetilaa ja toimintakykyä. 2016. Artikkelin masennusta käsittelevällä sivustolla. Viitattu 13.11.2016. <http://masennusinfo.fi/>, oireet, masennuksen oireet.

Niemelä, S. 1994. Maaseudun merkitys. Helsinki: Maaseudun sivistysliitto ry.

Niittymaa, V. 2016. Yhä useampi viljelijä väsyä mutta saa myös avun. Viitattu 9.11.2016. <http://www.maaseuduntulevaisuus.fi/maatalous/yh%C3%A4-useampi-viljelij%C3%A4-v%C3%A4syy-mutta-saa-my%C3%B6s-avun-1.156896>

Nykänen, E. 2009. Eroon työstressistä. Jyväskylä: WS Bookwell.

Ojanen, M. 2009. Hyvinvoinnin käsikirja. Helsinki: Kirjapaja Oy.

Ojanen, M. 2001. Ilo, onni, hyvinvointi. Helsinki: Kirjapaja Oy.

Ojanen, M. 2013. Murra onnellisuuden esteet. Helsinki: Minerva Kustannus Oy.

Ojanen, M. 2013. Onnellisuuden käsikirja. Perussanoma Oy.

Red att hjälpa dig om krisen kommer. 2014. Jordbruksaktuellt – sivustolla julkaistu artikkeli. Viitattu 9.11.2016. <http://www.ja.se/artikel/46269/delad.html>

Suonsivu, K. 2015. Kohti riittävyyttä – matkalla työhyvinvointiin. Painettu Euroopan Unionissa: UNIpress.

Varhainen apu pelastaa parhaiten. 2015. Maaseudun Tulevaisuuden artikkeli. Viitattu 9.11.2016. <http://www.maaseuduntulevaisuus.fi/maatalous/varhainen-apu-pelastaa-parhaiten-1.125137>

Vartiovaara, I. 2000. Jaksamisen rajat. Juva: WS Bookwell Oy.

Virtanen, P. & Sinokki, M. 2014. Hyvinvointia työstä. Työhyvinvoinnin kehittyminen, perusta ja käytännöt. Helsinki: Tietosanoma Oy.

Liitteet

Liite 1. Tukiverkostojen ja voimavarojen merkitys maataloustuottajan arjessa – kyselytutkimus

Arvoisa maaseudun ammattilainen,

Maataloustuottajan arki on tänä päivänä täynnä haasteita, joista selviytyminen ei ole aina itsestään selvää. Pitkät työpäivät edellyttävät hyvää henkistä ja fyysistä jaksamista sekä yksilöllisiä voimavaroja. Tukiverkoston, kuten perheen, elämänkumppanien ja ystävien merkitys korostuu varsinkin vaikeina aikoina.

Tämän tutkimuksen avulla haluaisin selvittää, millainen merkitys tukiverkostoilla ja voimavaroilla on maataloustuottajien arjessa. Tarkoitukseni on myös kartoittaa, millaisia tukiverkostoja maataloustuottajilla on käytettävissään ja mitkä ovat niitä voimavaroja, jotka auttavat jaksamaan läpi synkimmänkin arjen. Miten jonkin tukiverkoston osan puuttuminen vaikuttaa omasta arjesta selviytymiseen ja jaksamiseen? Mitkä ovat maataloustuottajan tärkeimpiä tukiverkostoja ja voimavaroja ja miksi?

Kiitos ajastasi, jonka käytät vastaamalla kyselyyni. Anna äänesi kuulua, sillä nyt on sinun vuorosi kertoa, miten asiat todella ovat.

*Essi Vanamo
Jyväskylän ammattikorkeakoulu
Biotalousinstituutti*

Perustiedot – rastita sopiva vaihtoehto

1. Sukupuoli ☐ mies ☐ nainen
2. Ikä ☐ 18–29 ☐ 30–40 ☐ 41–50 ☐ 51–60 ☐ 61–70 ☐ 71–80 ☐ 81–90
3. Maakunta ☐ Pirkanmaa ☐ Satakunta ☐ jokin muu maakunta, mikä? _____
4. Koulutus ☐ maatalousalan koulutus ☐ ei koulutusta ☐ jonkin muun alan koulutus, mikä? _____
5. Koulutustaso ☐ ammatillinen tutkinto ☐ ammattikorkeakoulututkinto ☐ yliopistotutkinto
6. Parisuhdetilanne ☐ avioliitossa ☐ avoliitossa ☐ parisuhteessa ☐ yksinäinen
7. Edustamasi maatalouden tuotantosuunta ☐ naudanlihan tuotanto ☐ lypsykarjatalous ☐ sikatalous ☐ viljan- tai kasvinviljely ☐ siipikarjatalous ☐ lammastuotanto ☐ jokin muu tuotantosuunta, mikä? _____
8. Kuinka pitkään olet työskennellyt maatalouden parissa? ☐ alle vuoden ☐ 1-5 vuotta ☐ 5-10 vuotta ☐ 10–20 vuotta ☐ 20–30 vuotta ☐ 30 vuotta tai kauemmin
9. Kuinka pitkään arvelet jatkavasi työskentelyä maatalouden parissa ☐ alle vuoden ☐ 1-5 vuotta ☐ 5-10 vuotta ☐ 10–15 vuotta ☐ 15–20 vuotta ☐ 20–30 vuotta ☐ 30 vuotta tai pidempään?

10. Arvioi asteikolla 1-5, miten hyvin koet tällä hetkellä selviäväsi omasta työstäsi ja siihen liittyvästä arjesta? Ympyröi sopiva vaihtoehto. 1 = erittäin huonosti 2 = huonosti 3 = kohtalaisesti 4 = hyvin 5 = oikein hyvin

11. Arvioi asteikolla 1-5, mihin suuntaan työssä ja arjessa jaksamisesi on muuttunut kuluneen vuoden aikana? Ympyröi sopiva vaihtoehto.

1 = en jaksakaan enää laisinkaan 2 = jaksan vähemmän kuin aiemmin 3 = jaksan yhtä hyvin kuin aiemmin 4 = jaksan paremmin kuin aiemmin 5 = jaksan paljon paremmin kuin aiemmin

12. Merkitse omasta mielestäsi tärkeimmät arkeesi vaikuttavat YKSITYISELÄMÄN tukiverkostot: ☐ perhe ☐ sukulaiset ☐ ystävät ☐ tuttavat ☐ naapurit ☐ elämänkumppani/puoliso ☐ lapset ☐ joku/joitakin muita tukiverkostoja, mitä? _____

13. Merkitse omasta mielestäsi tärkeimmät arkeesi vaikuttavat TYÖN KAUTTA tulevat tukiverkostot: ☐ muut viljelijät ☐ työterveyshuolto ☐ maamiesseura ☐ MTK:n paikallisyhdistys ☐ maatalouslomittajat ☐ joku/joitakin muita tukiverkostoja, mitä? _____

☐ Minulla ei ole tukiverkostoja, miksi? _____

14. Millainen merkitys näillä tukiverkostoilla on omassa arjessasi? Miksi juuri nämä tukiverkostot ovat sinulle tärkeitä? _____

15. Millaista apua olet saanut omaan arkeesi mainitsemiltasi tukiverkostoilta? _____

16. Millaista apua toivoisit saavasi mainitsemiltasi tukiverkostoilta? _____

17. Millaisissa tilanteissa tukiverkostojen apu on tai olisi ollut sinulle erityisen tärkeää tai merkityksellistä? _____

18. Mainitse omasta mielestäsi tärkein tukiverkosto, jonka puuttuminen vaikuttaisi omaan arkeesi eniten. Miksi? _____

19. Mikäli jokin tärkeäksi kokemistasi YKSITYISELÄMÄN tukiverkostoista lakkaisi olemasta esimerkiksi kuoleman tai eron muodossa, miten toimitisit ☐ jatkaisin arkeeni normaalisti ☐ harkitsisin maataloustuotannon lopettamista ☐ lopettaisin maataloustuotannon ☐ toimitisin jollakin muulla tavalla, miten? _____

20. Miten paljon mainitsemasi YKSITYISELÄMÄN tukiverkoston puuttuminen vaikuttaisi omaan jaksamiseesi ja arjesta selviytymiseen ☐ vähän ☐ jonkin verran ☐ merkittävästi ☐ todella paljon ☐ lamauttaisi toimintakykyni täysin?

21. Millaisia muita tukiverkostoja toivoisit omaan arkeesi, kuin edellä mainitsemasi?

Voimavarojen merkitys

Voimavarat = Yksilön hyvinvointia ja arjen mielekkyyttä lisäävät tekijät, keino irtaantua arjesta, luovat perustan ihmisen toimintakyvylle, auttavat kohtaamaan elämän haasteita ja antavat puhtia arkeen.

22. Merkitse omasta mielestäsi tärkeimmät hyvinvointia ja arjen mielekkyyttä lisäävät YKSITYISELÄMÄN voimavarat ☐ harrastukset ☐ hetket ystävien, perheen tai läheisten ihmisten kanssa ☐ liikunta ☐ ulkoilu ja luonto ☐ myönteinen elämänasenne ☐ matkustelu ☐ nukkuminen ☐ radio, tv ☐ lehdet, kirjat ☐ eläimet ☐ kulttuuri ☐ jokin muu omassa arjessasi merkittävä voimavara tai merkityksellinen asia, mikä? _____

23. Merkitse omasta mielestäsi tärkeimmät AMMATILLISET voimavarat, joita koet tarvitsevasi ☐ ammattitaito ☐ koulutus ☐ maatalousneuvonta ☐ taloudellinen neuvonta ☐ lomituspalvelut ☐ muita ammatillisia voimavaroja, mitä? _____
☐ Minulla ei ole voimavaroja, miksi? _____

24. Millainen merkitys näillä voimavaroilla on omassa arjessasi? Miksi juuri nämä voimavarat ovat sinulle tärkeitä?

25. Mainitse tärkein voimavara, jonka puuttuminen vaikuttaisi omaan arkeesi eniten. Miksi?

26. Millaisissa tilanteissa mainitsemasi voimavarat ovat olleet sinulle erityisen tärkeitä?

27. Millaista muuta tukea koet tarvitsevasi omassa arjessasi, kuin edellä mainittuja hyvinvointia lisääviä voimavaroja? _____

28. Arvioi asteikolla 1-5, millä tasolla koet oman ammattitaitosi olevan tällä hetkellä? Ympyröi vastaus.

1 = todella huono 2 = huono 3 = kohtuullinen 4 = hyvä 5 = todella hyvä

Miksi koet ammattitaitosi olevan tällä tasolla?

29. Arvioi asteikolla 1-5, kuinka ylpeä olet tällä hetkellä omasta työstäsi. Ympyröi vastaus.

1 = en lainkaan 2 = vähän 3 = jonkin verran 4 = paljon 5 = todella paljon

Mistä valitsemasi ammattiyhdistyksen taso johtuu? _____

30. Miten hoidat omia verkostoja ja voimavaroja?

31. Koetko, että sinulla aikaa ja voimia hoitaa omia verkostoja ja voimavaroja? ☐ kyllä ☐ ei

Miksi ei? _____

Haluaisitko kertoa lisää omia kokemuksiasi aiheen tiimoilta? Kirjoittamalla alle yhteystietosi voit ilmoittaa halukkuutesi tarkentavaan haastatteluun. Haastateltavien nimiä ja tunnistettavia yksityisiä tietoja ei julkaista opinnäytetyössä. Merkitse myös ajankohta, jolloin sinuun on helpointa olla yhteydessä sekä yhteydenottotapa, joka on sinulle mieluisin.

Liite 2. Kutsu Hyvinvointipäivään



Maatalousyrittäjille ja heidän kanssaan työskenteleville

TYÖHYVINVOINTIPÄIVÄ - keinoja stressin ja talouden hallintaan

- **to 15.10 klo 9.30-15** Ikaalisten Kylpylän Areena-salissa (Hämyläntie 2, Ikaalinen)

Klikkaa tästä
kartta

- **Ilmoittautuminen** ensisijaisesti sähköisesti viimeistään 15.9. oheisesta linkistä.

Lisätietoja ja ilmoittautumiset myös

MTK-Satakunta, puh. 020 413 3540 tai MTK-Pirkanmaa, 020 413 3463

Klikkaa tästä
ja ilmoittaudu

- **tilaisuus ja tarjonnat ovat osallistujille maksuttomia**

OHJELMA:

9.30	● Kahvitarjoilu ja tutustuminen osastoihin
10.00	● Tilaisuuden avaus, <i>Maarit Kallio, maatalousyrittäjä</i>
	● Mela viljelijöiden hyvinvoinnin tukena – mitä uutta tarjolla? <i>Pirjo Saari, Maatalousyrittäjien eläkelaitos</i>
	● Vakuutusturva parantaa mielenrauhaa <i>LähiTapiola</i>
	● Talouden hallinta ja suunnittelu työhyvinvoinnin osana maatilan johtamisessa <i>Eero Aaltonen, ProAgria Länsi-Suomi</i>
	● Pankin keinot maatilan talouden avuksi <i>Esa Ala-Kantti, OP-palvelut Oy</i>
	● Omien voimavarojen tunnistaminen ja kehittäminen muuttuvassa yhteiskunnassa <i>Maija Pispala</i>
	● Keskustelua ja kokemusten vaihtoa
12.00	● Ruokailu ja tutustuminen osastoihin
13.30	● Eväitä stressin ja muutoksen hallintaan <i>Onnellisuusprofessori Markku Ojanen</i>
	● Stressitason ja palautumisen mittaaminen <i>Jori Palenius, FirstBeat</i>
	● Varavoimaa Farmarille-palvelu viljelijän apuna <i>Riitta Seppälä, MTK-Satakunta</i>
15.00	● Päätöskahvit ja tutustuminen osastoihin

LÄMPIMÄSTI TERVETULOA

Hyvinvointipäivän järjestävät yhteistyössä Mela, MTK-Satakunnan ja MTK-Pirkanmaan Varavoimaa Farmarille-hanke, LähiTapiola, OP-ryhmä, ProAgria, työterveyshuollot, FirstBeat